相思湯指南

目錄

[網路頁面](#)

[原由](#)

[靈性的探索](#)

[文件導覽](#)

[讀本指南的心法](#)

[啟靈](#)

[修行](#)

[修行與用藥](#)

[為什麼用藥可以是選擇之一](#)

[精神活性藥物觀](#)

[白話啟靈藥](#)

[致幻](#)

[幻覺與「ㄎㄧㄤ」](#)
- [「ㄎㄧㄤ」](#)
- [幻覺](#)

[啟靈](#)

[感覺](#)

[獨立思考](#)

[看不下去了？](#)

[探索靈性](#)

[入門](#)

[什麼是相思湯](#)

[相思湯跟南美死藤水有什麼差？](#)

[不一定要用藥](#)

[原則](#)

[狀態不夠好用了會發生什麼事](#)

[生理癮](#)

誰適合用這個藥

低調使用

主流媒體應該怎麼看待相思湯

認識你的藥
- 相思樹(Acacia Confusa)
  - 如何辨識相思樹
  - 相思樹的非啟靈用途
- 相思樹樹皮(Acacia Confusa Bark, ACB)
- 駱駝蓬子(Syrian Rue Seeds, SRS)
- 血清素症候群(Serotonin Syndrome)
- MAOi 與 RIMA
- 駱駝蓬子的非啟靈用途
  - 中藥
  - 染料
  - 香料
- 駱駝蓬鹼(MAOi)作用時間
- DMT 混藥
- 管制藥品
  - 判決書
    - 判例
      - 製造
      - 販賣
      - 施用
- 啟靈藥
- 啟靈藥的藥理
  - 預設模式網路(Default Mode Network/DMN)
  - 血清素
  - 血清素受體
- 相思湯的作用
- 憂鬱症/創傷後壓力症候群(PTSD)
- 生物鹼(Alkaloid)
  - DMT(N,N-Dimethyltryptamine)
  - NMT(N-Methyltryptamine)
- 單寧

認識相思湯
- 劑量分類
- 該使用哪種劑量的相思湯？
- 提煉不提煉
- 建議用藥歷程

- 口服與霧化
- 娛樂不娛樂
- 「真的想娛樂用」
- 娛樂不是罪
- 放鬆與爽
- 劑量與狀態表
- 多久用一次
- 藥材買賣守則
  - 賣家
  - 買家
- 取得藥材
  - 相思樹皮取材要點
  - 從已死的樹取樹皮
  - 從活的樹取樹皮
  - 原樹枝幹處理
  - 樹皮的保存
    - 保存的型態
      - 煮湯口服/提煉
      - 膠囊
  - 相思樹皮(ACB/Acacia Confusa Bark)
  - 樹皮粉
  - 相思樹皮科學中藥
  - SRS(Syrian Rue Seeds)
  - HCl
  - Moclobemide
  - 淘寶買駱駝蓬子
  - 輔助藥材
    - 薑
- 推薦硬體設備
  - 電子秤
    - mg 等級
    - 10mg 等級
  - 瓶罐
  - 刮刀
  - 不沾墊/燒烤墊/烤肉墊
  - HERAN 禾聯黑晶電陶爐(13L1-HTF)
    - 烘乾結晶
  - 400目不鏽鋼濾網(#400 Mesh)
    - 用途一：當藥材袋
    - 用途二：過濾結晶、藥材成品
    - 使用經驗分享

        - 當藥材袋
        - 當濾網
    - 自製粉末烘乾機
        - 示意圖
        - 材料
        - 材料來源
        - 製作
        - 組合
        - 實測
    - 婦寶 3.5L 不銹鋼煎藥機(煎藥壺)
        - 加熱器無法跳開進保溫
        - 加熱時藥材包會飄在表面
        - 加熱器很慢跳保溫
    - 愛樂壓(Aeropress) - weedlover426 分享 - 原文
    - 中藥粉碎機
    - 愛樂壓(Aeropress)使用教學
    - 山刀
    - 快煮鍋/美食鍋
        - 功率
        - 尺寸
            - 乾燒斷電
        - 鍋緣
        - 連續沸騰
        - 建議採購
        - 如何用美食鍋煮飯
        - 鍋具的保養
        - 為什麼要學會煮飯
        - 食譜
            - 午餐與晚餐
            - 早餐
            - 餐與餐之間

- 評估身心狀態
    - 生理
    - 心理
    - 相思湯用藥評量表
    - 身心調理
        - 運動
        - 飲食
        - 戒零食與甜點
        - 戒糖
        - 飢餓感

- 排泄
- 觀察消化狀況
- 暖身
- 提高新陳代謝
- 規律
- 心
- 靜坐
- 靜心輔助工具
- 醫療用藥
- 察覺慾望的存在
- 固定重複的訓練
- 獨處

認識自己
- 新陳代謝
- 排泄
- 禁食
- 淨身

製作方式
- 煮湯
  - MAOi 劑量
    - 駱駝蓬子（SRS）煮湯
    - HCl 泡溫水
  - 相思樹皮劑量（ACB）
    - 傳統相思湯
      - 劑量
      - 器材
      - 藥材（一人份）
      - 製作流程
        - 事前準備
        - 先煮蓬子
        - 接著煮樹皮
    - 微量相思湯
      - 劑量
      - 試算
      - 製作流程
      - 過濾單寧的器材
        - 使用活性碳過濾單寧
        - 使用明膠（吉利丁）去除單寧
  - 團體湯煮法
  - 保存

- 膠囊
    - 零號膠囊(#0膠囊)
    - 膠囊製作方式
    - 蓬子膠囊 (SRS Capsule)
    - HCl 膠囊
    - 樹皮粉膠囊 (ACB Capsule)
    - 膠囊劑量
        - 樹皮粉膠囊數表示法
        - 蓬子+樹皮粉
        - HCl+樹皮粉：
    - HCl 與蓬子粉的比較
    - 服用膠囊
- DMT 提煉
    - 提煉量
    - 生物鹼提煉原理
    - 藥材
    - 化工原料
        - 丙酮
        - 右旋檸檬烯
        - 富馬酸
        - 二甲苯
        - 異丙醇
        - 碳酸鈉
        - 氫氧化鈉
    - 藥劑的標示
    - 工具的保養
        - 藥劑
        - pH 計
        - 針筒
        - 電子秤
    - 名詞解釋
    - DMT 特性
        - DMT Fumarate(DMT-F)
        - DMT Freebase(DMT-FB)
    - 器材
    - 工作環境
    - 防護配備
    - 單位
    - 材料準備
    - 溶劑測試
    - NPS 溶劑毒性

有機溶液的危害
有機溶液的防護
材料相容表
提煉製程
- 前言
- 酸化(Acidify)
- 還原 DMT N-Oxide(DMT 氮-氧化物)
- 鹼化(Basify)
- 提取游離鹼(Freebase)
- FASX - 產生 DMT Fumarate
- DMT Fumarate 轉換成 DMT Freebase

產量
先研究不傷身體，再講求效果
- 不傷身體
- 效果
  - DMT Freebase
  - DMT Fumarate

製程除錯
- 樹皮
- NPS
- 溫度
- 濃度
- 酸鹼

結晶的迷思
DMT 的分離與純化
食品安全
保存
服用方式
劑量
DMT Fumarate 口服
- DMT Fumarate 參考劑量(mg)

DMT Freebase 霧化吸食
- 參考劑量(mg)

Changa
DMT - 酸鹼溶液中的百分比
DMT - Fumarate 與 Freebase 互換
自我保護問題
- Q1 為什麼這麼多藥劑、鍋子，你在做什麼？
- Q2 為什麼有油漆味(NPS)，你在做什麼？
- Q3 你在煮什麼？這可以喝嗎？
- Q4 為什麼有這麼多樹皮、木屑？

Q5 這罐酒紅色的是什麼(樹皮湯)？
Q6 這粉末是什麼？
駱駝蓬鹼
駱駝蓬鹼提煉
Full Spectrum (FS/全譜)
HCl鹽類與Freebase(FB)
Full Spectrum Freebase(FS Freebase/FSFB)
Harmine & Harmaline Hydrochloride(HH HCl)
Harmine & Harmaline Freebase(H&H Freebase/HHFB)
化工原料
氯化鈉
準備
製程
事前準備
煮湯
冷藏過濾
鹼化(Basify)
氫氧化鈉操作注意事項(務必詳讀)：
取得 Full Spectrum 游離鹼沈澱
駱駝蓬鹼鹽溶液
過濾
取得 Harmine & Harmaline HCl
過濾 HCl 結晶
HCl 轉換成 Freebase
鹽類與 Freebase 轉換率
濃與淡
細說雜質
細說結晶
與製藥廠的產出比較
金箔的處理
提高量產
粉末的乾燥
HCl 與 Freebase
HCl 成份
Harmine 與 Harmaline
Harmine
Harmaline
HCl 的檢驗
服用
血清素症候群
致幻

- 服用方式
  - 膠囊
  - 泡水
  - 舌下
  - 長期服用
  - HCl 與其它藥物交互影響
- 與日常飲食的交互影響
- 調理身心
- HCl 劑量(mg/kg)

捲菸
- 駱駝蓬鹼捲菸
  - 用途
  - 製作
    - 菸草
    - 製作捲菸
    - 材料來源
  - 體驗
  - 抽菸又喝酒
  - 關於抽煙
- DMT 捲菸
  - 體驗
  - 口服與捲菸
- 霧化器(The Machine)
  - 材料
  - 工具
  - 事前處理
  - 組合方式
    - 組裝步驟
  - 使用
    - 駱駝蓬鹼 Freebase
    - DMT Freebase

服用相思湯
- 服用前幾天
  - 其他使用者的心得
  - 看護者
    - 選擇你的看護者(sitter)
    - 看護者的工作
  - 善與惡
    - 奧姆真理教 - 麻原彰晃
    - Charles Milles Manson(查爾斯·曼森)

- 薩滿(Shaman)/老師
- 飲食戒律
  - 藥物
  - 食物
- 狀態中建議物品
- 環境佈置
  - 室外
  - 室內
  - 用音樂帶領旅程
    - Female Energy：Music For Healing Female Energy: Meditation Music
    - 3148：Relaxing Yoga Music, Positive Energy Music, Relaxing Music, Slow Music, ☯3148
    - Indian Background Flute：Indian Background Flute Music: Instrumental Meditation Music | Yoga Music | Spa Music for Relaxation
- 服用前幾天檢查列表

服用當天
- 飲用規劃時程
  - 建議時程
- 斷食
- 拉筋
- 整理儀容
- 輔助物品
- 服用當天檢查項目

服用當下
- MAOi 的作用信號
- 「暖身」
- 體內淨化
- 過量
- 一起喝與分開喝
- 一日數劑微量
- 為了特定節目而喝
- 藥效時間與反應
- 新陳代謝
- 服用方式比較

旅程中
- 放下
- 啟發
- 好旅、壞旅的迷思
- 內在與外在
  - 內在
  - 外在旅程(漫遊)

旅程結束後
服用後身體調養
服用後心理調養
固定用藥後長期的影響
生理
感官
性慾
心理
發表心得
心得文探討
用藥啟靈如何自我保護
居家防身用品
小罐油漆
不要的白色棉T或布
手工皂
自我狀態的察覺
DMT 用藥檢驗
疑難雜症
對現實感到陌生
相思湯/DMT會不會讓人有生理癮？
頭暈
駱駝蓬子
DMT
環境
視覺殘留幻象 HPPD(Hallucinogen persisting perception disorder)
如何獨自一人進行用藥啟靈
環境
被動式 sitter
旅程經驗談
如何在追求靈性的路上不會搞砸日常生活
保持規律的生活步調
低調
不要營利
把身體照顧好
做人生大決定
視覺效果與旅程心得
違禁品?
進行傳統旅程的心法
探索外在注意事項
不與人接觸，真的遇到人時
旅程中的人在外人眼中看起來是這樣的

- 外出建議檢查列表
- 推薦探索地點
- 劑量提示
- 耐受性
- 服用相思湯/死藤水/DMT意外事件
- 雜項
- 顏色

化學品速查表

總結

指南作者用藥經歷

身份驗證

文件更新明細

網路頁面

本文件於網路上唯一的連結為
https://www.reddit.com/r/AsiaTripper/wiki/formosahuasca_guide
，
文件不定期會做更新，請不時拜訪取得最新版本。

原由

寫本指南只有一個目的，就是介紹啟靈藥 – 相思樹樹皮湯/DMT，由於相思樹在台灣可以說是非常普遍，樹皮也相當好取得，為了避免錯誤的使用方式導致生命危險，所以將相思湯/DMT的所知撰寫成冊，以期達到傳遞安全用藥的知識。

本指南是在介紹啟靈藥，說明它是什麼？用了會發生什麼事，真的要用的話該如何安全的用它，讀者可以用看科普文章的心態來看本指南，但請一定要了解，本指南並不是在鼓勵人去用啟靈藥，服用啟靈藥是會改變人一生的，濫用它只會變得更糟，請讀者一定要了解這點。

本指南會用很直白樸實的文字，去描述啟靈到底是怎麼一回事，以及「實務」上要怎麼做，對於一個還沒有啟靈的人來說，一些可能聽過但是難去理解的詞，如「靈魂」、「自我消融」，以靈性的角度來看，都是真的，只是依照每個啟靈者的理解方式不同，會有不一樣的說法，本指南將會用相對理性的方式去說明。

靈性的探索

靈性的探索可以很科學：在這個時代，已經有相當多的研究用科學的方法去探索意識的起源與各種精神活性物質對大腦的影響，探索它可以用非常科學的方式，不要把探索靈性想成是神壇前起乩還是觀落陰，請先除去這些刻板印象。

靈性的探索可以很安全：不會傾家蕩產，妻離子散，被江湖術士騙財騙色，還是信了什麼宗教脫不了身，甚至失去了生命。

靈性的探索可以很日常：作夢就是靈性體驗的入門，每個人一定會經歷的。

靈性的探索是身為人，至始至終都在做的一件事，探索靈性是很自然的一件事，也是要了解人為何物必經的過程，只是每個人理解到它的時間點與方式不一樣。請在知識面上

先做充分的了解，做好萬全準備，才可以避免發生任何的意外。本指南就是要介紹如何透過藥物安全又有效的進行靈性的探索。

文件導覽

本文件大致分成幾大部分

- 要用什麼心態看待相思湯
- 介紹相思湯/DMT，如何煮樹皮湯、製作膠囊
- 服用相思湯的注意事項，如何進行旅程

就藥物的種類分成兩大部分

- DMT：相思樹樹皮中主要的啟靈成分
- 駱駝蓬鹼：口服 DMT 要有作用，必須要先服用駱駝蓬鹼，駱駝蓬鹼的來源可以是駱駝蓬子原籽，或是提煉出駱駝蓬鹼 HCl （以下簡稱 HCl），HCl 本身的醫療藥用價值相當高且完全合法，有助眠、解憂鬱的功用，可用於日常調理身心，還沒打算使用 DMT 的人，也可以先使用 HCl。已經有 DMT 旅程經驗的人，也不妨花些時間單獨試試看 HCl，將會有新的體會。DMT 旅程最好久久一次，HCl 則是日常就很適合用於調理身心。

啟靈的方式有非常多種，本相思湯指南雖然是以相思樹樹皮做為啟靈藥，但不管哪種啟靈藥，在身心調理，安全用藥守則上都是通用的，其它種啟靈藥(如 LSD、蘑菇、麥斯卡林等)的使用者也不妨參考。

讀本指南的心法

讀者在讀指南時，請抱著是自己「主動」在讀文件的心態(mindset)，而不是「被動」在聽演講或上課。這其中的差異在於讀者使用「被動」的心態，閱讀時所創造出的是「我」與「你」兩個人稱代詞。但使用「主動」的話，可以避免人稱被創造出來。因為人稱在進入傳統旅程後，是不適用的，為了避免對讀者與作者造成不明的影響，因此「作者」在寫指南時，也會盡量避免使用人稱，希望「讀者」可以了解。

啟靈

人在什麼樣的狀況可以啟靈？就是在「身體慾望完全抽離於自我時」，每個人都會有啟靈的時候，差別在於死後或死前。死後啟靈就是人死了以後，肉身無法去支配靈魂了，所以自然就啟靈了。而死前啟靈，在人類的歷史中，有非常多的人，在很久以前就有辦法在死前啟靈了，可能是透過修行或是用藥，方法非常的多。

死前啟靈這件事，對於人到底是不是必要的，又是好是壞？宗教常用「造化」兩個字去解釋命運，因此只能說就順其自然吧。

修行

作為一種身心修煉方式，就像每種不一樣的宗教都有自己的修行方式，常見的佛教、道教是誦經、打坐，印度教常見的苦行，基督教用經典來規範行為與修道院制度。修行不一定要與宗教連結，人不用信教也可以修行，不管哪種修行方式，它最終的目地都是用來讓人在生前「意識超脫於慾望」，慾望是什麼？慾望是人為了活下來而生的自然反應，人繁衍得如此成功，主宰地球靠的就是慾望，慾望就寫在人的基因序列中，是與生俱來的，一旦靜下心觀察「慾望」要人做什麼後，就會了解人種種行為背後的動機，只是就如同任何事物都有極限存在一樣，慾望的追求也有它的極限存在，如果無法察覺慾望，那必然終日受慾望操縱，用慾望去做思考，意識必然為慾望服務。而透過修行可以讓「意識超脫於慾望」，也就是這時候慾望放人自由了。

修行與用藥

透過修行啟靈，跟用藥啟靈會有什麼差？差異在於，修行啟靈要花相當長的時間，但啟靈後對身心的衝擊比較小，因為修行是每天做的事，在某個時間點就會理解到它了，但用藥啟靈就反過來，這個啟靈藥讓人「體驗一下」那些修行得道的人心境是如何，修行中的人要花數十年，用藥只須一下子，但在藥效作用時或結束後，因為身心的修煉還不到位，帶來的衝擊相對就很大。也因此，請不要將啟靈藥當作仙丹一樣，請謹慎的使用它。

無論是透過修行或是用啟靈藥，背後的目的都是一樣的，就是追求靈性體驗 – 這兩條路是殊途同歸的。

為什麼用藥可以是選擇之一

以啟靈為目的的話，傳統修行跟用藥都可以達到，只是以目前的社會型態來說，要進行傳統修行的代價是相對高的，可能要先加入宗教團體，到很清幽的環境生活上數年，在對的時間點，對的心理狀態，在對的人的引導下，才有可能啟靈，說到現在讀者看得出要花多少時間與有多少變數嗎？每一個變數都可能有江湖術士存在之中，這也是為什麼有相當多的人在探索靈性這條路上被騙，傾家蕩產回不了頭，甚至失去了生命。

但用藥的話，要選對藥物(相當重要)，讀懂安全注意事項，找好 sitter (用藥的看護者)與安全的環境用藥即可，在藥物作用的時間點切過去，藥效過後切回來，帶回身為人這階段需要懂的事，然後繼續過生活。

有注意到傳統修行與用藥的差異了嗎？最大的差異就是，傳統修行會對原本的生活造成巨大的改變，要是覺得修行的方式不適合自己當下的身心狀態，要回到原本的生活的話，是要付出相對大的代價的。但用藥不會對自己的生活環境造成巨大的改變，在啟靈後用新的人生觀與價值觀去過人生，也就是有得選。

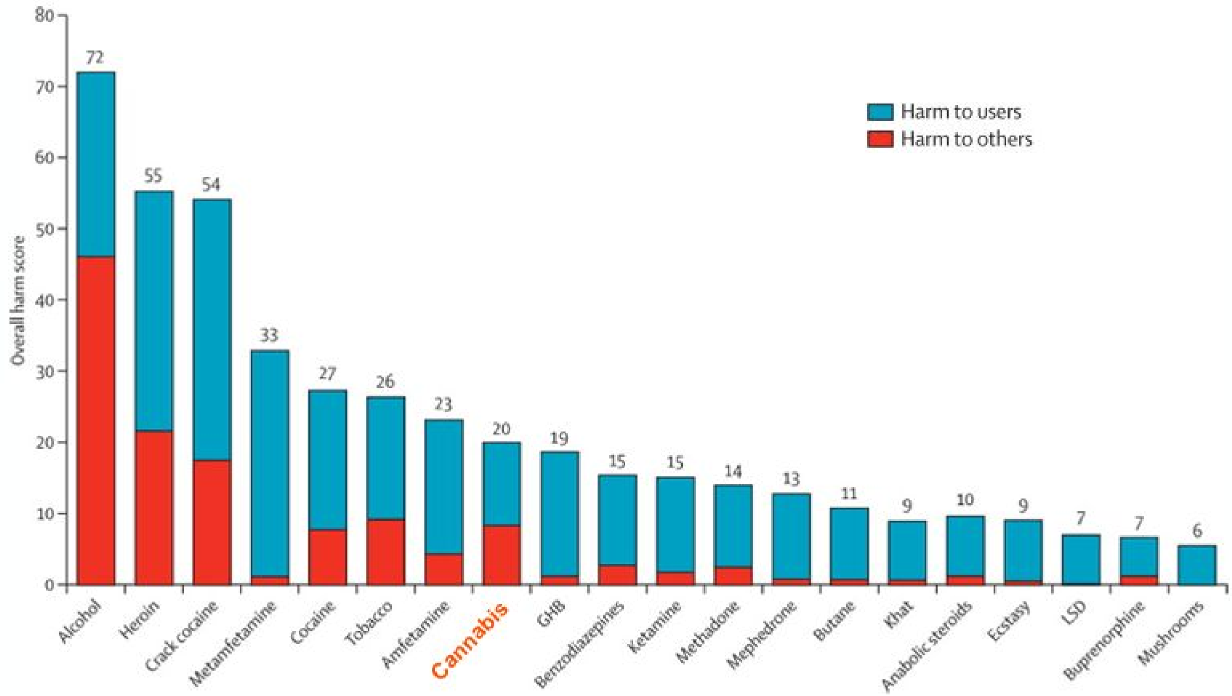
精神活性藥物觀

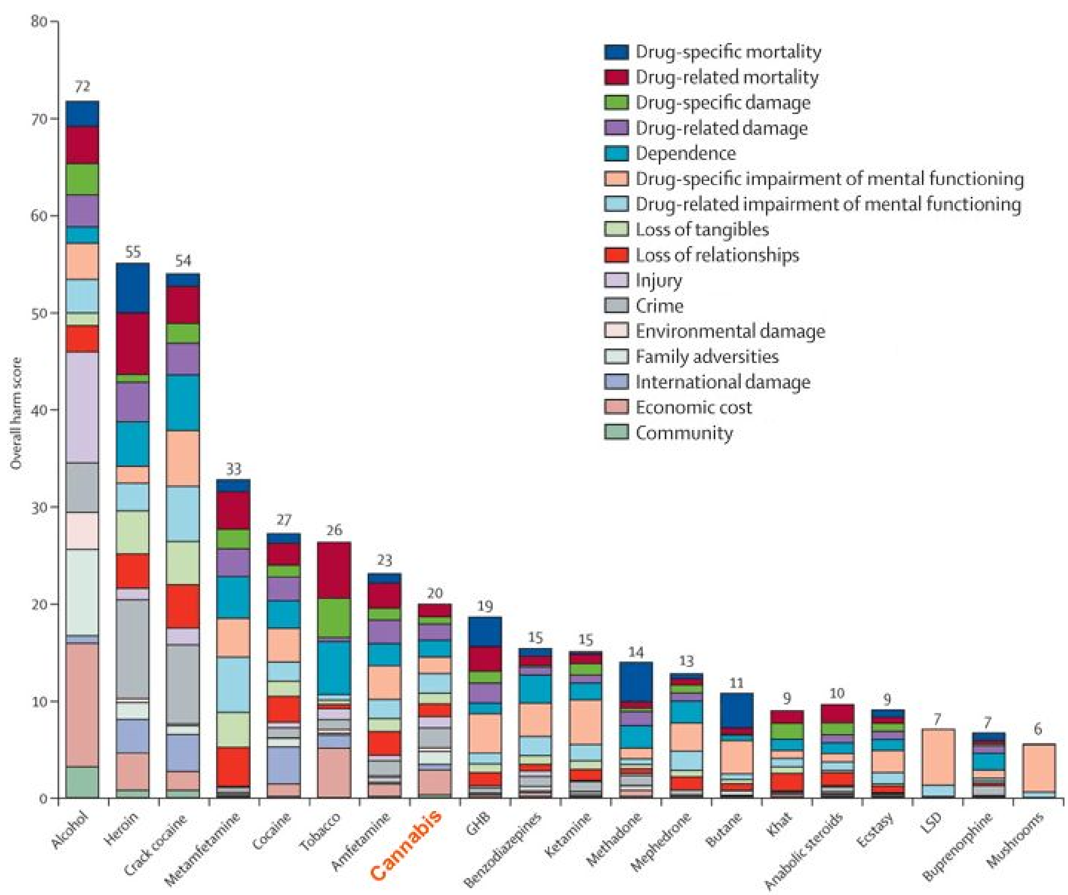
查詢「管制藥品分級及品項」，可以找到目前台灣完整的管制藥品列表。這個列表將管制藥品分成四個級別，依照常見的藥品如下說明：

- 第一級：海洛因(Heroin)，嗎啡(Morphine)，鴉片(Opium)，古柯鹼(Cocaine)
- 第二級：安非他命(Amphetamine)，搖頭丸(MDMA)，大麻(Marijuana)，LSD，西洛賽賓/迷幻蘑菇(Psilocybin)，二甲基色胺(DMT)，麥司卡林(Mescaline)
- 第三級：K他命(Ketamine)，可待因(Codeine)

這分級中被歸類為啟靈藥的有 LSD，西洛賽賓(Psilocybin)，二甲基色胺(DMT)，麥司卡林(Mescaline)這四種。

根據研究顯示(*)，啟靈藥這個族群是精神活性藥物中，對用藥者本身與他人傷害最小的。參考下方兩張圖，最左邊的是傷害性較大的藥品，最右邊是傷害較小的，從下面的圖讀者可以發現，酒(Alcohol)是在最左邊的，香煙(Tobacco)也在中間偏左，成癮性極高的藥品(海洛因等等)也是偏左邊，而啟靈藥這個族群則是在最右邊的，如 LSD 與 Mushrooms(迷幻蘑菇)，列表中雖然沒有放入麥司卡林與 DMT，但真的要放進去，作者來評估的話，麥司卡林會是在 Ecstasy(MDMA/搖頭丸) 的右邊，而 DMT 會放在最右邊。





* **原始來源**：Ranking Drugs and Alcohol by Overall Harm

白話啟靈藥

啟靈藥到底是什麼？用最白話的方法去解釋，可以說它是一個服用之後，讓身體慾望不會影響到意識的藥，是一個可以將意識抽離身體的藥。人在平常有身體的狀態下，有些問題是讓人如何也想不通的，這就像是要魚去想像鳥是如何飛行的一樣，但用了啟靈藥之後，就像是變成了一條飛魚，短暫獲得飛行的能力，且在變回魚之後，依舊保留有飛行的經歷，且這影響是終身的。

人生中的某些難題，可能會讓人想破頭都想不通，這些難題可能折磨人好幾年，但那不是因為人見識不夠廣、不夠聰明，而是因為人在有身體慾望與感官的影響之下，有些問題是無論如何也想不通的，啟靈藥就是用來暫時將意識脫離身體，在那狀況下讓人自然去思考某些問題，進而得到啟發，幫人渡過去的。

人生中的很多難題，常常不是因為外在的因素造成的。現代社會中的種種問題，舉凡考不上好學校，工作不穩定，覺得自己不夠正/帥，鄰居太吵，房價太高，薪水太少，如果常常對這些種種感到不安，費盡的心力卻還是得不到想要的，那是否該思考或許不安根本就不是外在引起的，也就是搞錯方向了，「你會不安是因為『你』不安」，也就是說你的心不安，但在現代社會的節奏之下，人是很難有空停下來去思考這些問題的，我們一出生就是被整個社會帶著走，社會的主流價值觀在引導著，從努力考到好學校，找份好工作，到找個好伴侶組織家庭，腦中早就內建了人生勝利組的藍圖，等到察覺人生不太對的時候，可能已經過了十年、二十年了，所以有些人要一直到人生遭逢巨變才有時間停下來去思考這些問題。

啟靈藥可以用來讓人暫時脫離社會化，套用新的價值觀重新面對自己，再次評價人生的過往。啟靈之後，才會真的懂要做什麼，不要做什麼，啟靈之後人生的「道」才會明朗。

啟靈藥也是讓人體驗何謂死亡(*)的途徑之一，透過啟靈藥可以讓人先了解一下死亡到底是什麼？了解後，就會知道在將來的人生要如何去面對它，面對我們生為人必經的過程。

* 查詢 "near-death experience" (NDE)，可以找到相關的討論，很多特點都是共通的，例如寧靜、永恆的和平與愛，光，靈魂出竅，等等。

致幻

DMT 被歸類為強力致幻藥是因為在藥效作用時，DMT 不僅會產生視覺上的幻象，更會進而影響人的意識，致幻其實就是藥物在改變大腦認知的機制，影響相當廣泛，從感官層面到意識層面都有，一旦認知的能力被改變後，人可以說就是另一個人了，一開始會掉入一種「你知道你不是你」的狀態，熟悉的世界好像不一樣了，如果劑量繼續加重，那就會變成「你不知道你已經不是你」，對世界的認知會徹底崩解，就連「知道」的這個概念也會消失，沒經歷過的人常常伴隨著的是最深最深的恐懼感。心理素質不高的話，可能就直接崩潰了。所以高劑量的傳統旅程是必須要被謹慎看待的，請一定要慢慢來。

幻覺與「ㄎㄧㄤ」

「ㄎㄧㄤ」

「ㄎㄧㄤ」通常用來描述瘋瘋癲癲的狀態，有點 HIGH，且多半是喝了酒或用了藥之後。

幻覺

那服用啟靈藥後產生的幻覺是怎麼一回事？會產生幻覺的原因在於，用藥後整個人的感官感知能力會大幅提昇，想像力也會提高，感知能力提昇後，張眼所及任何靜態的事物，都會像是有生命力一般，活起來了。

想像力提昇後，在記憶中的事物，會變得相當真實，進入狀態後就像是在作夢一樣。每個人都有做過夢，但如果這個夢是惡夢，而且到最後變得太過真實了呢？有很多人就直接崩潰了，這就是致幻的風險所在。

以上是想說明，體驗致幻真的不是我們所說的「ㄎㄧㄤ」，但致幻的過程如果處理不好，在外人眼中看起來就真的會像是「ㄎㄧㄤ」了一樣。

啟靈

作者把「致幻」解釋成是一個過程，而「啟靈」就是致幻的目的。
目前已知的致幻藥物有非常多種，藥效也不一，有些適合用來啟靈，例如本文要介紹的相思湯/DMT，就被歸類為啟靈藥，其他的啟靈藥有 LSD、迷幻蘑菇(Psilocybin mushroom/shrooms)等。

在啟靈藥物的影響下，身體會無法影響意識，也就是這時候人的靈性會開始紓醒，也就是啟靈了。在這個時代，從小接受科學教育的我們，在旅程中無論經歷了什麼，應該都會覺得相當的不可思議。靈性的世界中，一切都是用感覺的，也就是旅程中所得的一切，都是靠「感覺」而來的。

* [［延伸閱讀］為什麼Psychedelics應叫作啟靈藥而不是迷幻藥？]

感覺

我們所理解的感覺是什麼？我們用身體感官去感覺的這個「世界」是什麼樣子？如果今天有個藥可以在藥效作用期間將身體感官自感覺中移除，那又會感覺到什麼？我們從小的教育中，最缺乏的是什麼？在作者看來就是「自我探索」，我們對自己了解得太少，現今的教育制度把每個人都當成一樣的人來進行教育，忽略了每個人都是獨特的，每個人都有其擅長與不擅長的特點，這些都是應該要被尊重的，在擅長的事上面，每個人都是個天才，要找到自己的天才，就只能靠感覺。但多數人被教導的是去符合社會上成功的框架，卻不知在那框架下的自己，早已成了四不像。請試問自己，曾經幾何被教導用感覺的？在生活之中，又有哪些人是在乎自己感覺快樂或難過？讀者曾經感覺過嗎？那些所被灌輸的「成功」形象，又那些暢銷書櫃上的「XX 歲前要完成的 N 件事」，真的是這生所要的嗎？又值得不計一切去追求？我們是否把自己的人生當作超商的集點兌獎了？

這世界上每個人都是獨特的，請相信自己的人生就只有自己可以去定義，請去「感覺」這點。

獨立思考

開始順著感覺行事後，慢慢會培養出完整獨立思考的能力，獨立思考的能力是教不來的，是完完全全要靠感覺的，本指南想要教的是「方法」，透過這「方法」去體驗、學習到的東西，也是教不來的，啟靈後請記得多花點時間思考，不要有預設立場，對於任何事物都要有「重新檢驗價值」的機會，包含本指南，請去感覺作者所要傳達的意思，一切的事物一定要經過獨立思考後，才真的會是適用於自己當下狀態的。

看不下去了？

如果看到這邊就打算關視窗了，「這太ㄎㄧㄤ了吧」？沒有關係，作者只想請讀者記得一件事，就是以後如果對自己的人生充滿疑惑，覺得人生要過不下去了，卡關了，人生

被難題迎面撞擊了，請再回來看一次這份文件，找不到網址了也沒關係，就用搜索引擎找「相思湯指南」或「啟靈藥」即可。人生中的某些課題，時間到了就會找上門，有許多人就過不去了，從社會新聞就可以略知一二。

但要是讀者看到目前都覺得是個理性的人會寫的文章，那就請繼續看下去吧。
再來，如果真的看完本指南，也不要真的去服用啟靈藥，本指南真的不鼓勵人用啟靈藥，但請知道「有這麼一回事」，請先去了解它，有極大的可能，將來會需要它。要不要用啟靈藥，就只有自己知道，用「感覺」的。

探索靈性

人一旦知道探索靈性的方法為何後，人一生都會做這件事，無論是用藥或傳統修行，探索靈性就是人在做自己，探尋自我是不可能被抑制的，因為那就是萬物最原始的型態，用啟靈藥來作為探索靈性途徑，可以說是相當方便的。越是方便，就更要知道如何安全的用、有節制的用。一開始在探索啟靈藥的時候，人都會很熱衷，發覺新天地的人都會有這種反應，但 DMT 的旅程很奇妙的是，第一趟的傳統旅程有可能會是最多啟發的旅程，後面的旅程，啟發會越來越少。因此建議，完全沒接觸過的人，把第一趟傳統旅程，當成是一生只需做少數幾次的事來看待，心態與環境還沒準備好的時候，沒關係就等，只要心夠平靜，就會知道什麼時候自己準備好了。

也就是一開始用藥會比較頻繁，到最後了解 DMT 是什麼後，就會越用越少，久久用一次，了解時機成熟之後才會用。

入門

本指南是寫給沒有用過啟靈藥物的使用者看的，採取的是一種很保守的用藥方式，目的是讓用藥人不會傷害到自己或他人，所有的注意事項也是用來提醒狀態最差的人，也就是狀況差的人照著指南做，可以讓藥物可能造成的傷害降到最低。精神藥物的威力在於它是會真的改變人的精神與意識狀態的，DMT 是人類已知藥效最強的致幻藥物(*1)，從沒體驗過「幻覺」的使用者，在沒妥善準備的狀況下用了，是極可能會傷害到自己的，所以請做好萬全的準備。

*1：多數有經驗的啟靈藥物使用者將霧化的 DMT Freebase(*2) 視為是藥效最強的啟靈藥物，可以 Google 搜尋：DMT vs LSD vs mushrooms/shrooms，參考一下大家的說法。

*2：網路上搜尋到 DMT 相關的文章，國外英文的話，沒有特別講的話，通常指的是霧化吸食用的 DMT，也就是 Freebase。

什麼是相思湯

「相思湯」又名「台灣死藤水」，南美的傳統死藤水(Ayahuasca)使用 Banisteriopsis Caapi 藤類植物(作為 MAOi)與 Psychotria Viridis 葉子(含有 DMT)製作烹煮，在台灣由於使用「相思樹樹皮」與「駱駝蓬子」製作，故正名為相思湯(Formosahuasca)，相思湯是一種死藤水的變形(Ayahuasca analogues)。

相思湯最主要的啟靈成分就是來自於相思樹樹皮的 DMT，口服的 DMT 要在人體要有作用就需要駱駝蓬鹼(作為 MAOi)的協助，留待文後說明。

本指南中的相思湯，代表的是一種服藥的過程，而不只是實質的「湯」，DMT 攝入的型態有最基本的樹皮湯、樹皮粉膠囊到提煉 DMT 進行口服或霧化吸食，不一樣的方式會有不一樣的藥效感受，基於參照的方便，本文中的「相思湯」泛指各種型態與不一的攝入方式。

相思湯跟南美死藤水有什麼差？

兩者的相同之處都是用藥材煮湯，以下做些比較。

	南美死藤水	相思湯
DMT 來源	Psychotria viridis 綠九節	相思樹樹皮
MAOi 來源	Banisteriopsis caapi 卡皮木藤	駱駝蓬子
使用環境	雨林中的民宿(resort)	通常在家中或野外

兩者會產生致幻的活性物質都是 DMT，進入狀態後，影響最大的就是心境與當下環境的暗示，身處雨林部落由薩滿帶著用藥，跟自己在家用藥在心理狀態的影響是很不一樣的，由於語言與環境的差異，在雨林部落就會感覺到一種「異國」的氛圍，接下來的旅程可能就會加入很多本來不屬於自己的元素，而在熟悉的環境用，人的思緒就容易不會被外在的環境影響，因為那是自己本來就熟悉的地方，就會比較專注在內在的探索。

不一定要用藥

是的，不一定要用藥，藥只是一種輔助，修行與調理身心的方式非常多種，只需要挑一種最適合自己當下身心狀態的就可以了，禪修是一種修行，運動是一種修行，什麼都不做，什麼都不想也是一種修行。先靜下心，了解自己問題的所在，如果只是要讓自己身心舒坦一點，好好做個瑜珈泡個溫泉睡一覺就可以，如果有失眠的問題，長時間規律的運動相當有幫助。先試看看不用藥的方法，持續做下去很可能就可以解決大部分的問題了。如果真的要用藥，就一定要遵守安全用藥的原則。

原則

先說相思湯是相當容易過量的藥物，相思湯因為每個人的煮法不一樣，煮出來樹皮湯的 DMT 含量差異很大，看過不少相思湯心得文，長期統計下來壞旅(糟透的旅程)高於好旅(美好的旅程)，導致壞旅的最主要的原因除了身心狀態外就是劑量，使用者對喝下的劑量會有的反應並不了解，第一次喝湯的人可能只依據一些不相關的個人特質來判斷要用多少量，例如：我的酒量不錯應該沒問題吧(X)。我大麻 joint 自己連抽個幾根也沒問題(X)。朋友上次喝湯用了多少劑量，我用同樣劑量也OK的(X)。我三鐵馬拉松常客，體力好得很(X)。必須要告訴讀者的是，相思湯真的是很「特別」的藥物，就算是同樣的劑量，同一個人在不同時間/環境的心理狀態服用，都會產生不一樣的效果。看過不少有數種娛樂用藥經驗的使用者，因為身心狀態不佳，或是劑量過量導致相當嚴重的壞旅。就算讀者今天為了喝湯而不斷修煉身心，但最後喝了過量的相思湯，一樣會壞旅的。身心的修煉是入門，搭配合宜的劑量才會有最好的效果。

相思湯藥材的特性就是只要一點點就很有效，所以在處理相關藥材時，要擔心的不是無效，而是要擔心會太有效了(過量)。

最安全的喝湯方式就是不斷修煉身心，慢慢實驗劑量，從微量開始，先了解 DMT 與 MAOi 在自己身上會有什麼效果，真的有需要再慢慢加上去。任何人只要被相思湯的壞旅教訓過一次，保證會悔不當初，那種身心的折磨是很煎熬的，作者不是在嚇人，是真心希望每個喝湯的人，都可以從旅程中得到啟發，重新面對自己去好好過自己的人生，「寧願無效，不要過量」，切記切記！

狀態不夠好用了會發生什麼事

微量的話還不至於有太大的影響，從半劑量開始，體能不夠好的人會覺得非常的累，心跳與血壓都升高，身體會開始酸痛，身體會有莫名的刺激感，會產生一些自然的反應，

如磨牙、捏自己、咬嘴唇，這些動作可以舒緩一些刺激感，但相對也是相當危險的，原因在於藥效再強一點，刺激感提升後，就會想要使用更強烈的刺激動作來消除刺激感，強烈的刺激動作是有可能會傷害到自己的，特別是如果身邊剛好有剪刀、刀子很可能就會使用傷害到自己了。

心理狀態不夠好則是，在傳統旅程中，可能會過於恐懼而意識迷亂，做出一些傷害自己或他人的行為，又在體驗過「自我喪失」後，很可能會有種「看破紅塵」的體悟，回到現實後，一旦面對挫折不如意，是極有可能發生讓人遺憾的事的。

因此身心的修煉與事前的心理建設相當的重要，了解它，安全的用它。

生理癮

如果讀者對精神活性物質，存在一個印象就是用過了就會終身依賴它，腦中浮現全身流大汗，用皮帶綁在鐵床上，要經歷長時間的戒斷，才會回到正常生活，那作者可以很直白的說，啟靈藥真的不是這種藥品。

大眾印象中生理戒斷症狀強烈的藥物通常是海洛英、安非他命這類的藥品，這類藥品的使用者，在用藥後，會沈浸在極度幸福感中、感覺到無比自信，只是抬得高就跌得深，藥效過後伴隨而來的失落感，以及戒斷症狀就會開始逼迫用藥人，再度使用該藥品去回到那用藥的狀態。

就作者的體驗與看過的報告，啟靈藥是不會有以上的生理戒斷症狀的，唯一會驅使人再次去用的狀況通常是發生在一開始接觸的時候，因為「太不可思議了」，就像是土包子第一次出國一樣，等了解啟靈藥是什麼之後，慢慢用的次數就會減少了。

所以驅使自己再去用的動力，通常是：
- 想了解啟靈是怎麼一回事
- 使用過後對自己身心有淨化，儀式一般的再次使用
- 心中有執念解不開，這個藥會教人「放下」

但沒有戒斷症狀，不會有生理癮，不代表可以肆無忌憚的使用它，請完整的讀完本指南，把用藥的注意事項都讀清楚，經過思考後，評估自己的身心狀態，了解自己在哪個階段，再決定要不要用啟靈藥。

誰適合用這個藥

如果讀者目前生活衣食無缺，工作順利，人際關係與家庭生活都幸福美滿，那建議「先不要用」，因為用了藥之後的人生觀可能會大改變，用藥後世界不會變，只有自己變了（人生觀、價值觀），因此可能會變得跟自己當下的社會化狀態接不上去，可能會格格不入，因此變得痛苦，因為那些原本覺得美好的事物，在套用新的價值觀下去檢視，會得到完全不一樣的看法。建議可以先了解啟靈藥是什麼，等到真的有人生的難題迎面撞擊的時候，再來考慮要不要用。

社會連結緊密的人，例如有龐大的家族，身居高官要職，親友眾多，或影視名人，政治人物。這些人用藥後，會是最痛苦的。因為社會化的連結太深了，有太多要放下的，啟靈的過程中，或事後人生的磨合期都會是相當折磨人的。

讀者要是屬於這種社會化連結緊密、又了解啟靈藥是什麼的人，也決意要用的，建議找個沒人認識的小鄉鎮，帶著基本開銷，生活用品，去過上一年半載，斷絕一切與外界的聯繫方式，可以什麼都不要做，就是吃飯、睡覺就好，放空到極致，等到覺得時機成熟時，再來用，這樣啟靈的過程中，會好過一些。

啟靈後的磨合期，是相當難熬的，年紀越輕越不好受，中年人一年可以磨合完成的話，年輕人要花更多時間，老年人就比較容易度過。但這期間也是不斷省思，坦承面對自我的黃金時光，走過去之後，就是另一個人了。

但要是讀者覺得這世界上已經沒什麼好留戀了，明天就想告別了，那就相當建議用相思湯，而且要用傳統劑量，因為啟靈有可能是這世界上唯一一種可以把人留在人世的方法了。不妨先了解會發生什麼事，再做決定。

還有一種人可能也適合用，就是研究哲學、心智、腦科學、醫藥學、社會行為的研究者，「唯有投入更多的資源研究啟靈，才可以讓越多人早日從慾望的束縛中解放出來」，這段話各個領域就有它解釋的方式：金剛經就是我執，腦科學就是 DMN，可以從很多面向去解釋，每個領域都有逼近它的一條路。啟靈的研究就如同佛家說的「度」，讓越多的人了解啟靈是什麼，就是度眾生的一種方式。但請了解寫 paper 投期刊是一回事，在用藥後自己就會成為自己的研究對象，這又完全是另外一回事了，所以在用藥前絕對絕對要評估社會化狀態、身心條件，一定要想清楚。

低調使用

這個時代的大多數人是還不了解啟靈是什麼的，看待這件事多半是帶著神鬼靈異的觀念，對於啟靈藥也還是在毒品的階段，以台灣目前的狀況來說，要透過相思湯啟靈的門檻非常的低，但請不要帶著要幫助人啟靈的心態來大肆宣傳相思湯，這件事越低調越可以傳下去，就越可以讓了解啟靈是什麼的人有機會使用，如果讀者在賣相關的藥材，也請低調一點，相思樹皮跟駱駝蓬子都是傳統中藥材，本來就有非啟靈的用途，請不要用「相思湯」來宣傳藥材，請低調。

主流媒體應該怎麼看待相思湯

如果將來有一天，主流媒體得知有相思湯這樣的東西，打算報導相思湯，用的標題可能是「台灣也有死藤水！常見樹種就可以提煉二級毒品！」或是再更聳動一點，誠心建議不要讓相思湯浮上檯面，因為台灣社會目前的對啟靈藥物的認知還是在毒品階段，缺乏安全用藥的知識，相思湯登上主流媒體後，就一定會有人去嘗試，因為藥材太容易取得了，但在沒有安全用藥的知識下去使用強效致幻劑是相當危險的，就現今的民情，主流媒體是不可能宣導安全用藥知識的，因為那樣解讀起來就像是「現在為您介紹如何安全又不傷身的使用毒品」，一聽就荒謬到不行。在無法宣導用藥知識之下，請避免去披露相思湯的存在，就讓這件事成為都市傳說吧。

認識你的藥

相思樹(Acacia Confusa)

相思樹在台灣相當的普遍，都市的郊山步道都可以看到不少，相思樹根系發達，是極佳的水土保持樹種，又可與根瘤菌共生固氮，兼具改良土壤的功效。
相思樹生長快、質地堅硬、耐火燒，是早期用於製木炭的樹材。
在台灣最常見的台灣相思樹的樹皮就含有豐富的 DMT。



相思樹林(樹幹彎彎曲曲，樹型像一朵朵雲)







葉子(假葉，真葉已退化)，葉子的特徵是平行葉脈



開花(花期每年5到6月)



豆莢(有毒)





從遠處看開花期的相思樹，會是一團黃橙色

如何辨識相思樹

在每年五、六月相思樹開花時去走郊山步道，只要看到一整團黃橙色的，基本上就是了，再到樹下撿拾葉子比對平行葉脈的特徵。

亦可參加自然生態協會的活動(例如：荒野)，這些協會定期都會有林道/自然園區的導覽活動，只要是地點辦在郊山的，幾乎都找得到台灣相思樹。

相思樹的非啟靈用途

運用相思樹皮啟靈前，請先了解相思樹的一般用途，這是「自我保護」中重要的一環。

- 保肝
  相思樹樹皮抽出物及其主成分—5倍子酸—能有效抑制四氯化碳引發的肝損傷
- 抗氧化與治痛風
  相思樹心材及樹皮擁有高含量的酚類化合物，酚類化合物(Phenolics)具有良好的抗氧化能力，有助於預防自由基所引發之各種疾病。
- 相思樹是栽培香菇的太空包木屑最佳原料
- 作為樹皮板板植蘭花(將蘭花種在樹皮上)



- 製作木炭
  但現在台灣的木炭多是進口自越南、印尼
- 植物染
  相思樹皮含有大量單寧，染色後呈現硃紅色，被用作染料(查 tannins dye)

相思樹樹皮(Acacia Confusa Bark, ACB)

相思樹樹皮中含有會讓人致幻的成份「DMT」與「NMT」(以下通稱精神活性成份)，DMT(二甲基色胺)普遍存在於自然界各種動植物中。本文中提到樹皮湯時，就是指將相思樹皮熬煮成湯。

駱駝蓬子(Syrian Rue Seeds, SRS)

SRS 擔任 MAOi(Monoamine oxidase inhibitor/單胺氧化酶抑制劑) 的角色，由於人體內酵素 MAO-A(單胺氧化酶-A) 會快速分解(氧化) DMT，DMT 中文是「二甲基色胺」，色胺是一種見於植物、動物和真菌的單胺生物鹼，MAOi 可以抑制 MAO-A 酵素的作用，讓人體順利吸收 DMT。

駱駝蓬鹼成份中的 Harmine 與 Harmaline 都有 MAOi 作用，而 Vasicine 與 Vasicinone 由於對血壓與呼吸有刺激作用，被視為是對人體有害的成份，其中

Vasicine 是子宮刺激劑，對懷孕婦女可能造成流產。(所以用藥前請檢查是否懷孕中)

HCl(最後一個字母是小寫的L，不是I) 是在製程中將駱駝蓬鹼中的 Vasicine 與 Vasicinone 等移除，只把 Harmine 與 Harmaline 提煉出來，製成 Hydrochloride(HCl/鹽酸鹽類)。

服用時，駱駝蓬子湯與 HCl，請以 HCl 為優先，大多數人喝駱駝蓬子湯，會有頭暈噁心的反應，使用 HCl 後狀況會改善很多。

駱駝蓬子在大多數的國家都是非管制的藥品(包括台灣、大陸、港澳)，可以安心購買。

血清素症候群(Serotonin Syndrome)

血清素症候群是有可能致命的，發生原因是併用 DMT/MAOi 與 SRI（血清促進素再吸收抑制劑），而許多的抗憂鬱藥物都是 SRI，為避免血清素症候群的發生，請遵守「飲食戒律」。
血清素症候群一旦發生，會對人的心跳與血壓產生不良影響，嚴重時可能致命，如果有相關的病史，一定要特別注意。

MAOi 與 RIMA

MAOi是指可以同時抑制 MAO-A 與 MAO-B 酶的抑制劑，駱駝蓬鹼是 RIMA(reversible inhibitors of MAO-A) 也就是只用來抑制 MAO-A 的。在稱呼上會稱駱駝蓬鹼是一種 MAOi，但請知道實際上它是 RIMA，只對 MAO-A 作用的。
使用 RIMA 時，不需要戒色胺類食物，但建議還是要遵守飲食戒律，吃清淡一點，進入狀態後才會順利。

駱駝蓬子的非啟靈用途

中藥

駱駝蓬子是一種常見中藥，常用於治咳嗽，小便不利，四肢麻木，關節酸痛等

染料

駱駝蓬鹼在低 pH 會誘發螢光，駱駝蓬鹼 HCl 被用作螢光植物染

香料

手工皂入皂香料之一，味道近似淡淡檀香

駱駝蓬鹼(MAOi)作用時間

HCl 膠囊口服時，大約 20 分鐘開始作用。
HCl 泡水服用時，大約 10 分鐘開始作用。
HCl 藥效約 4 小時上下。
也就是在 HCl 藥效作用時間內口服 DMT 才會有作用。

DMT 混藥

最安全的使用方式就是不要混合其他種藥物，要是真的必須這麼做的話，不適合與DMT混用的藥品為：古柯鹼、大麻、安非他命，有危險性的是Tramadol(曲馬多/特拉嗎竇)。
詳細的資訊請參考 Drug Combinations，最上面的圖有各種混藥的搭配。

管制藥品

DMT(二甲基色胺)依台灣管制藥品分級是屬於「第二級」，跟 LSD、大麻、安非他命同一級。
第二級管制藥品相關刑責：

名目	刑責
製造、運輸、販賣	處無期徒刑或七年以上有期徒刑，得併科新臺幣七百萬元以下罰金
意圖販賣而持有	處五年以上有期徒刑，得併科新臺幣五百萬元以下罰金
強暴、脅迫、欺瞞或其他非法之方法使人施用	處無期徒刑或七年以上有期徒刑，得併科新臺幣七百萬元以下罰金
引誘他人施用	處一年以上七年以下有期徒刑，得併科新臺幣一百萬元以下罰金
轉讓	處六月以上五年以下有期徒刑，得併科新臺幣七十萬元以下罰金

施用	處三年以下有期徒刑
持有	處二年以下有期徒刑、拘役或新臺幣三萬元以下罰金

在現今法律規範下，單純煮湯是沒問題的(相思樹皮是治跌打傷與保肝、治痛風的傳統中藥*1)，但走提煉的話絕對會觸犯以上法條，因此奉勸想清楚再做，真的要做也要天時、地利、人合才做，且千萬不要交易，交易就會提高風險，交易一旦被查獲後的刑責也比自用重很多，所以請自用就好別分享，行事千萬低調，本指南完全是以自用的角度來撰寫。

*1：相思樹樹皮之妙用 保肝功效，相思樹抽出物之新用途—痛風用藥

判決書

透過司法院法學資料檢索系統，可以查詢到判決書

判例

台灣目前共有兩件 DMT 的相關判例(*1：可以推測 DMT 不是執法單位的重點查緝對象，但請不要掉以輕心)，以下以同樣二級之管制藥品為例：

製造

1. 臺灣基隆地方法院 107 年度 訴 字第 636 號刑事判決
   製造第二級毒品 – 累犯，處有期徒刑參年拾月
2. 臺灣桃園地方法院 107 年度 訴 字第 426 號刑事判決
   製造第二級毒品 – 處有期徒刑壹年肆月。緩刑肆年
3. 臺灣臺中地方法院 107 年度 訴 字第 843 號刑事判決
   製造第二級毒品 – 有期徒刑肆年陸月

販賣

1. 臺灣新北地方法院 107 年度 訴 字第 914 號刑事判決
   販賣第二級毒品罪，處有期徒刑柒年肆月
2. 臺灣臺南地方法院 107 年度 訴 字第 107 號刑事判決
   販賣第二級毒品，累犯，處有期徒刑柒年拾月
3. 臺灣雲林地方法院 107 年度 訴 字第 423 號刑事判決
   販賣第二級毒品，處有期徒刑柒年陸月

施用

1. 臺灣台北地方法院 108 年度 簡 字第 91 號刑事判決
   施用第二級毒品 – 累犯，處有期徒刑伍月，如易科罰金，以新臺幣壹仟元折算壹日。
2. 臺灣臺中地方法院 108 年度 豐簡 字第 19 號刑事判決
   施用第二級毒品 – 累犯，處有期徒刑肆月，如易科罰金，以新臺幣壹仟元折算壹日。
3. 臺灣臺南地方法院 108 年度 簡 字第 19 號刑事判決
   施用第二級毒品 – 處有期徒刑參月，如易科罰金，以新臺幣壹仟元折算壹日。

請比較一下施用/製造/販賣的刑度差異，真的要走提煉前把判決看完，做最壞的打算，評估自己的環境與各種條件，想清楚。

*1 2017/1/17 第一件被告是販賣相思樹粉到國外，2019/3/7 判決無罪。
新聞
判決

*2 2019/8/29 第二件被告在網拍上直接賣提煉過的 DMT。
新聞

啟靈藥

LSD，迷幻蘑菇(Psilocybin Mushroom)，麥司卡林和相思湯都被歸類於啟靈藥的一種，在台灣最好取得與自製的就是相思湯，一來是原料(樹皮與蓬子)可以說非常普遍，二來是煮湯或提煉都容易，看完本指南就會了解了。

	LSD合成	迷幻蘑菇	麥司卡林提煉	樹皮湯	DMT提煉
關鍵原料取得	難	中等 – 孢子液/章	中等 – 仙人掌(含麥司卡林的品種)	容易	容易 – 相思樹皮
自製	難 – 需要實驗室等級的設備	中等 – 要花時間培育	中等	容易	中等
使用者	多	少	少	中等	少

賣家	多	少	少	少	少

啟靈藥的藥理

預設模式網路(Default Mode Network/DMN)

DMN 是我們人在放空時大腦內活躍的網路區塊，相對的，「任務正向網路（Task-Positive Network）」則是人在工作時所活躍的網路。

我們的意識在平時放空時仍舊被 DMN 網路所控制的，但在深度的靜坐或是服用啟靈藥後，意識就會擺脫 DMN 的控制，也就是啟靈了，可以把 DMN 想成是人的身體與意識之間的橋樑，啟靈藥就是用來斷開這連結的。

* 參考資料：啟靈藥如何解放你的大腦？

血清素

英文：Serotonin，又稱 5-羥色胺、5-HT，人體內的血清素被普遍認為是幸福和快樂感覺的貢獻者

血清素受體

血清素受體在人體內的作用是調節興奮性和抑制性神經傳導物質的傳遞，血清素受體有七的亞科， 5-HT1，5-HT2，5-HT3，5-HT4，5-HT5，5-HT6，5-HT7，其中的 5-HT2 有 5-HT2A、5-HT2B，5-HT2C 三種亞型，大部分的啟靈藥會刺激其中的 5-HT2A。5-HT2A 主要的作用是影響：成癮 、焦慮、食慾、認知、想像力、學習、記憶、情緒、理解、性行為、睡眠、體溫調節、血管收縮。

相思湯的作用

- 藝術創作
- 靈性追求
- 心靈療癒
- 自我探索

相思湯藥效作用時，大約半劑量開始，很多想法會一直跑出來，在那種狀態下，靈感是自己冒出來，而不是刻意去想出來，在當下會有種想透過身體的動作來表現創作的念頭，平時作者是沒什麼藝術天份的人，但在那狀態下，可以哼出一段完整的旋律，甚至想拿起筆畫畫，當下的狀態非常適合做藝術創作。

相思湯可以用來探索外在與內在，體能不夠好的人往往在半劑量身體就完全放鬆掉入類似睡覺作夢的靈性旅程中了，要是在半劑量作用時還可以自由走動到處探索的話，會發現這個世界相當的不一樣，多接觸大自然就會了解萬物奧妙的所在。

探索內在則是在進入旅程後，自由的意識會不斷的探索自我，將會「感受」到很多，那狀態有點類似作夢，但真實千百倍，在狀態中，將會看到「真實」的自己。

憂鬱症/創傷後壓力症候群(PTSD)

如果讀者是因為心靈的創傷而尋求藥物的治療，請先讓自己進行傳統醫院身心科的療程，無效或副作用太多時再來考慮使用啟靈藥物。

真的要用啟靈藥物來治療的話，可以試試 MDMA 或 LSD、魔菇、DMT 等啟靈藥，美國食品藥物管理局(FDA)已經核准使用 MDMA 作為治療 PTSD 的研究(報導)。

就看過的啟靈藥物來治療 PTSD/憂鬱症的使用者報告，作者認為在妥善的規劃下，可以得到相當好的治療效果，如果讀者想藉由相思湯治療精神創傷的話，建議從微量開始試試看，且一定要搭配規律身心的修煉，就作者的體驗，相思湯不會讓人忘了那段創傷，但是會變得比較釋懷，許多事在釋懷之後都會比較好過，當然還是偶爾會想起那些創傷，但之後就單純是想起它，不會帶來情緒反應了。只要不產生情緒反應，就代表已經走過去了。

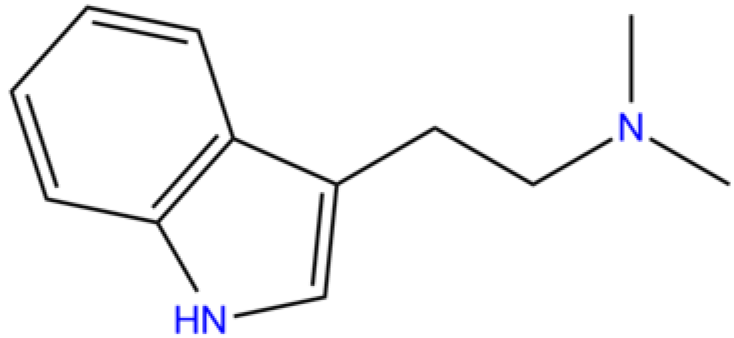
如果讀者在人生當中有經歷過任何創傷，且在往後的日子裡，只要在放空的時候，這些創傷的回憶就會浮現，讓人感到憤怒或不安，那此時就要很謹慎的去面對它，放任負面的想法侵蝕心靈，只要是人都會生病的。

那在妥善的規劃下使用啟靈藥可以達到什麼效果？那就是啟靈藥可以讓人不「那麼」想，一旦可以作到不「那樣」想，人才有會辦法去好好過自己的人生。從負面心靈中解放出來對多少人是一生的救贖，使用啟靈藥來治療心靈創傷，是正視自己問題的作法之一。

生物鹼(Alkaloid)

是一種主要包含鹼性氮原子，天然存在於大自然動植物及蕈類的化合物，以台灣相思樹來說其中樹幹皮的生物鹼含有約 70% 的 DMT 與 NMT。

DMT(N,N-Dimethyltryptamine)



DMT分子式

N，N-Dimethyltryptamine，簡稱 DMT，DMT 存在於人體與各種動植物內。DMT會像血清素(Serotonin)一樣影響血清素受體(Serotonin Receptor)，進而產生致幻的作用。DMT在人類胚胎時第49天開始分泌，有一說法是這是靈魂的開始，稱 DMT為精神分子(The Spirit Molecule)。

一個完整的 DMT 旅程的效果為：

- 時間感與空間感的喪失
- 有愉悅的感受
- 閉眼時產生不斷重複的幾何圖形
- 張眼時產生幻覺(特別是看著矩陣與密集排列的圖案)
- 靈魂出竅
- 視覺上增強立體感、色彩與亮度

DMT 的副作用是：

- 心跳加快
- 血壓升高
- 頭暈、嘔吐
- 腹瀉
- 昏迷或呼吸中止(極高劑量)

NMT(N-Methyltryptamine)

與 DMT 作用類似，致幻的效果約是 DMT 的 ⅓ 到 ¼

單寧

「單寧」又稱「鞣質」，英文「Tannin」，喝葡萄酒時，感覺到的澀味就是單寧，單寧是一種可以解毒的低毒性物質，由於樹皮湯中含有大量單寧，所以會讓人嘔吐與腹瀉，但如果樹皮湯讓你有嚴重的生理反應的話，代表可能沒遵守之後章節的「飲食戒律」，在遵守「飲食戒律」且空腹下，無論嘔吐或腹瀉都只會是輕度的(因為肚子內也沒多少東西可以吐跟拉了)。

認識相思湯

劑量分類

相思湯的劑量分為傳統、半劑量、微量。

傳統相思湯含最多 DMT ，因此它不是每天喝的東西，它適合幾個月，甚至數年喝一次，請不要以一般娛樂用藥的用法來用它。

而微量相思湯是指將樹皮劑量調低，跟傳統相思湯比較如下表，最明顯的區隔就是，微量可以保有意識跟身體的支配，而傳統相思湯則是將身體與意識完全交由相思湯帶進去旅程，半劑量則是介於傳統與微量之間。

無論哪種相思湯，身心在都調理到最佳狀態時飲用會得到相當不錯的旅程，相思湯的藥材跟烹煮方式都算簡單，請記得**身心調理才是最重要**。

	傳統	微量
單劑作用時間	長	短
每日使用劑量	一次(*1)	數次(*2)
旅程	深	淺(*3)
意識與身體	無法控制	可以控制
視覺效果	有	無
飲食	空腹	空腹佳(*4)
單寧	保留(*5)	去除

*1 一日一次但通常間隔數月、數年。
*2 每劑間隔約 4 小時，一日不宜超過 5 劑
*3 可透過靜坐冥想深入。
*4 詳細禁食列表請參考「飲食戒律」。
*5 單寧的淨化作用（嘔吐、排泄）也是完整旅程中的一環，所以建議保留。

該使用哪種劑量的相思湯？

到底要使用微量還是傳統相思湯，如果完全沒有喝過相思湯，那絕對要從微量開始，看看自己服用後的身心狀況如何，請不要貿然飲用傳統相思湯，深度的旅程是要在身心狀況都很好的條件下才可以進行的。沒試過微量直接飲用傳統相思湯的人，如果藥效有完全發揮，等藥效一上來，一定後悔的，因為進入狀態後是無法控制與預測的。

微量相思湯作用時，效果類似傳統相思湯剛回來後那數小時的感覺，身心都很放鬆，四肢可控制但微無力，是相當美好的狀態。

有微量相思湯的經驗後，如果今天身心狀況都不錯，且有個相當寧靜、舒適、讓人有相當安全感的環境時，那就可以考慮將劑量慢慢提高。

半劑量則是介於傳統與微量之間，會進行數段類似半夢半醒的旅程。

請記得用藥一定是由輕到重，切勿一開始就過量，無論其他的用藥經驗如何，切記！

	傳統	半劑量	微量
適用時機	自我探索， 做人生大決定	思考，夢遊，藝術創作	放鬆身心，看展， 音樂會

提煉不提煉

就藥物型態而言，最大分野就是提煉與不提煉，不提煉的話就是傳統的煮湯與樹皮粉膠囊，提煉的話就會產出可以直接配合 MAOi 口服的 DMT 鹽類(Salts)與霧化吸食的游離鹼(Freebase)。

傳統煮湯需要的器材比較簡單，就鍋子，爐子即可，要走提煉的話，還要添購一些化學藥劑(一千元以內)，加上樹皮都自採的話，要花的費用其實非常的省。但是絕對不鼓勵

一開始就走提煉，原因之一就是單寧的淨化作用，那種幫人把腸胃淨空，事後身心輕盈的感覺，建議一定要體驗過一次，DMT 提煉流程真的不難，藥劑網拍也都買得到，把藥劑買好，照著步驟做也是做得出來的，只是要建議部就班，慢慢來，才會有最適合的效果。建議至少用過一次樹皮粉膠囊或樹皮湯，之後真的有需要再來考慮提煉。

	器材	單寧	劑量	服用後身體狀態
膠囊	膠囊	無法去除	比煮湯好掌握-因為少了「煮」的變數	身體的副作用比煮湯減輕一些
煮湯	鍋子、爐子	可以有限度去除	不好掌握	較不舒服
提煉	再加上化學藥劑	完全去除	好掌握	副作用少

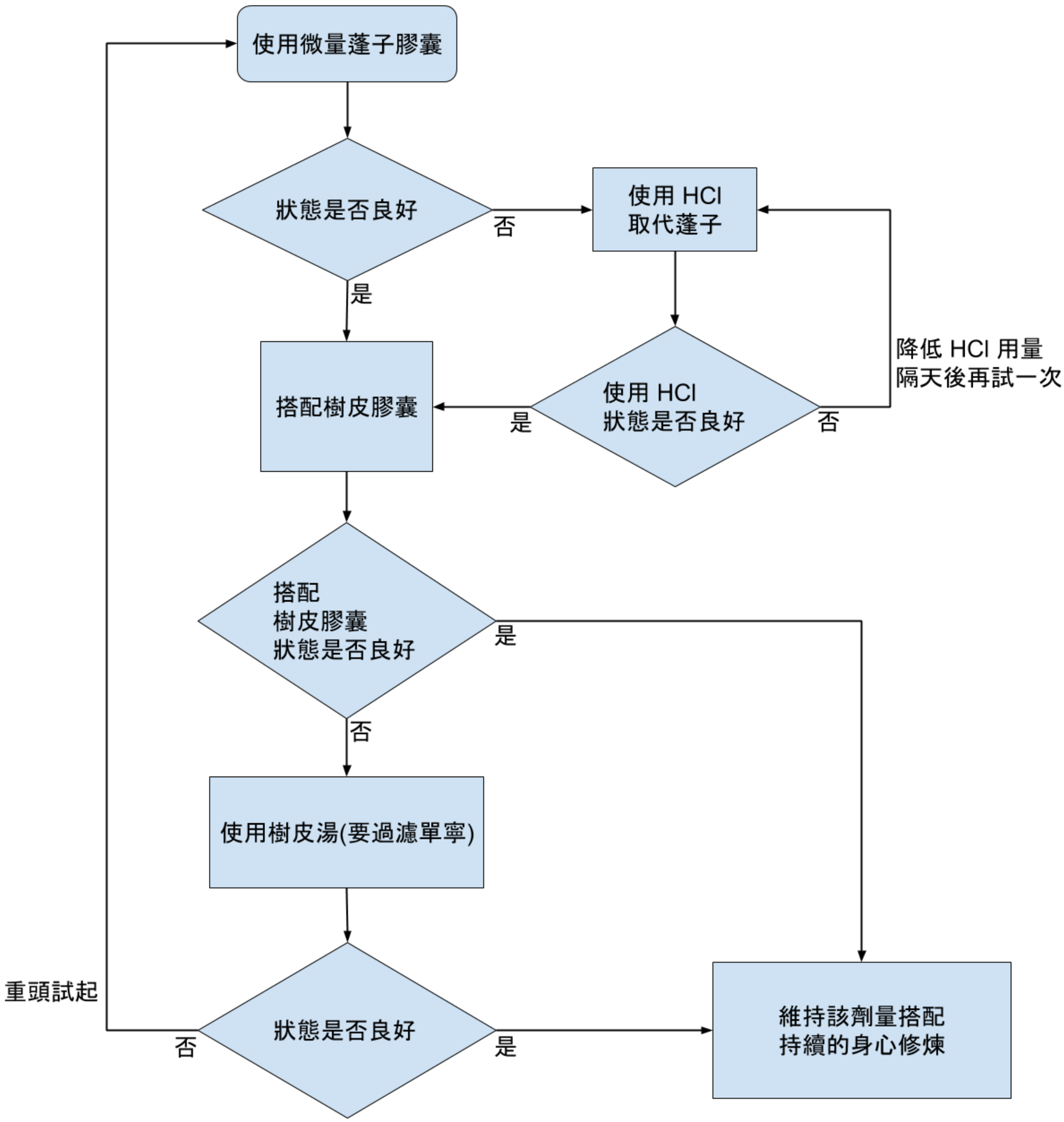
有喝過樹皮湯的經驗後，要讓服用時感受較好的話，不提煉可以試著將樹皮湯用活性碳過濾數次，將單寧的含量降至最低，提煉的話就是產出 DMT Fumarate，再配合駱駝蓬鹼 HCl 都會讓喝湯的感受提昇，去除身體的不適感。

建議用藥歷程

攝入 DMT/駱駝蓬鹼 大致有三種方式。

1. 口服：煮湯或將藥材裝進膠囊服用
2. 舌下：舌下服用比口服藥效會更好，但較難操作，容易嘗到苦味
3. 霧化吸食：將精神活性成份加熱霧化後吸入肺中，效果比舌下強，會得到藥效最強的體驗

參考下方的口服用藥流程圖，從微量蓬子膠囊開始試起，要是口服的途徑都不成功(*1)，再考慮提煉 DMT Freebase 霧化使用。



*1 在臨床的實驗上，約有 5% 的使用者對 DMT 無感(*2)，要是這個流程跑過一輪了還是無效，那可能是屬於這類型的使用者，建議可以走 DMT Freebase 霧化的途徑做最後的確認。

*2 參考書 DMT: The Spirit Molecule by Rick Strassman，358頁中第22章的註釋2 (網路上搜尋的到 PDF)

口服與霧化

就吸收的途徑來分類，DMT 有兩種常用的攝入方式(*)，口服與霧化吸食，口服時，人體的吸收器官為腸胃道，經過肝臟代謝，再進入血液循環到腦部。而霧化則是透過肺部吸收，再經由血液循環進入腦部。藥物代謝後的產物進入大腦後，才會開始產生致幻的作用。霧化吸收的路徑較口服短很多，也因此效果會來得快且深。

* 其他還有靜脈注射(IV/Intravenous)，直腸吸收(rectal)，鼻吸(snorting)，舌下(sublingual)等，其中 IV 的危險性相對提高很多。

娛樂不娛樂

一般而言傳統煮湯是無法太娛樂的，因為湯的苦味、頭暈、腹瀉等等因素，而 DMT 因為提煉後方便使用且沒有其他雜質(例如讓人嘔吐腹瀉的單寧)，變得相當好服用，請記得越方便使用就越容易去濫用它，的確國內外不少人將 DMT 當作娛樂用藥，但這邊要奉勸的是千萬不要抱著娛樂的心態去使用「傳統劑量」，傳統劑量一定要在身心都達到最佳狀態後，再來考慮使用，身心狀態不夠好除了有喪命的風險，更有可能對人的精神狀態造成傷害，或無法控制自己而傷害到他人或自己。如果今天真的好奇想試試，建議就試「微量」即可，看過不少 DMT 使用者的心得文，常常會發現「教訓」兩個字，這多半是因為心態上完全沒預期會進入到那樣深度的旅程，DMT 的狀態一次就三到四個小時無法中斷，現實時間中的三，四個小時在狀態中的意識感知時間可能是相當久的，就想像在「地獄」連續折磨了幾天的感覺好了，是相當痛苦的。所以奉勸千萬要將自己身心修煉好再來考慮使用，且一定要非常注意自己服用的劑量，由「微量」慢慢來。

「真的想娛樂用」

相思湯在微量到半劑量這階段，感官會被放大，刺激感提昇，接著身體開始放鬆，思緒開始跳躍，的確很適合用於娛樂上，但作者奉勸要將相思湯用作娛樂用途的人，最好都要有隨時進入傳統旅程的準備，不管是在心態上或是環境上，因為在心態上要用來娛樂的話，真的會想要用越多越爽，但偏偏 DMT 就不是這樣作用的，就算每次都用微量，但一直補，補到最後絕對會變成傳統劑量的，進入到傳統旅程中，是無法爽的，因為要進入無我的狀態，一切感官的感知能力都會慢慢消失，但「爽」是感官的事，所以傳統旅程的當下是沒辦法爽的。一個人如果在娛樂的心態下，突然間進入無我的狀態中，那身心的衝擊是會非常大的。如果一開始就只打算將相思湯用在娛樂上，那請一定要很了解湯的劑量，最好都自己煮，自己提煉，影響旅程深淺的因素非常的多，從藥物的劑量(DMT/MAOi)，到體能新陳代謝狀態，日常的飲食到當下心態與用藥環境都會影響，可以將這些變數固定的越好，越可以確保旅程的深淺，越可以避免在不預期之下進入傳統

旅程。但老實說這件事是相當難控制的，讀者要是已經有數次將相思湯用於娛樂的經驗，覺得自己已經很會控制了，不會突然進入傳統旅程的，請不要大意，有很大的機會，等時機成熟，終有一天還是會突然就進去的。常常覺得這是大自然的詭計，先讓人放鬆，等鬆懈後，再將啟發突然「灌」入腦中，這件事真的很玄，所以請做好準備吧。

娛樂不是罪

人天生就有娛樂的需求，人要是經常做出與自己當下意識狀態相反的事，相對的就需要爽來彌補意識狀態的不平衡，舉個例子：學生被逼著去唸書，寫作業，上班族的工作績效，一家之主背負的經濟壓力，在現今社會快節奏的發展之下，人娛樂的需求就會越高，「娛樂不是罪」，想爽的心態是違背意識狀態下的產物，它是違反意識狀態所要付出的代價。

用相思湯來娛樂也不是罪，用相思湯來娛樂唯一的問題就是它太容易進入傳統旅程了，DMT 真的是很強的致幻藥物，所以它適合用來深度啟靈而不是娛樂，對比其他適合娛樂的藥物，如大麻與 MDMA 等等，用來娛樂就相對的容易的多。但以台灣目前的情況來說，相思樹皮跟駱駝蓬子都不是管制藥物，但大麻與 MDMA 都是二級的，也就是說只要掌握了相思湯的微量用法，它可以是在目前法律規範下一個相當好的娛樂藥物。

每個人都有適合他啟靈的時間點，在不適合的時間點進入傳統旅程不見得是件好事，用來娛樂的首要目標就是要了解什麼是微量，了解在自己的身心狀況下，用多少才叫做微量，但相思湯的微量是不容易控制的，所以絕對不要太有自信，不然一定會被教訓的。

要用相思湯來娛樂的人，請記住以下這句話：

「在感覺到被溶解時收手，放過自己」

等探索相思湯到一定的階段後，也不會想用它來娛樂了，就好好把握想娛樂的階段吧。先在這邊留個伏筆，等到了這個階段後，讀者就會明白了。

放鬆與爽

放鬆的時候，人處在最少感官刺激的狀態下，例如去泡湯後，靜靜的躺在躺椅上休息。爽則是讓感官接受最大的刺激，刺激大腦讓人覺得太讚了，例如太陽馬戲團、性愛、常見的娛樂用藥。

看到這邊可以想一下，相思湯是適合「放鬆」還是「爽」？

相思湯比較適合放鬆，因為藥效越來越重，會失去越多的感官感知能力，放空到底了，那有沒有辦法拿來娛樂？的確做得到，但是有相當的難度，那要對劑量跟藥效作用的狀態都很清楚才做得到，想要嘗試用來娛樂的人，可以預期將會經歷一段痛苦的摸索期，而且很容易就會進入傳統旅程，請記住傳統旅程是沒辦法爽的。

相思湯在微量時就很適合拿來放鬆，就是不想要用到身體的那種放鬆，可以是冥想、坐在椅子上放空、聽聽音樂。相思湯用來放鬆相對就容易多了。要用來放鬆、靜坐、冥想的人也請記住，這是「微量」的用法，微量就是有可能會無效的，一定要讓自己可以接受，這次用了藥，很可能什麼事都不會發生，有可能無法進入狀態，但只要把自己的身心狀態調整的越好，就越可以用很少的劑量進入狀態。

劑量與狀態表

	微量	半劑量	傳統	過量
身體	可控制	無力感	無法控制	無法控制
意識	可控制	漸漸無法控制	無法控制	無法控制且迷亂
張眼視覺	無	有	無	無
閉眼視覺	無	有	無	無

劑量共分四種，微量、半劑量、傳統與過量，上表中的四種劑量，每一種都包含之前劑量會有的效果，例如服用傳統劑量的話，一開始就會先有微量的效果，再來半劑量，最後停在傳統劑量當下會有的效果。

DMT 的特性就是，劑量越重，就越無法去支配身體與意識，也就是如果想外出探險，那就不能用傳統劑量，請用微量。微量是最輕的劑量，身心會感覺到比較放鬆，身體微微癱軟，想睡，可能會一直打哈欠、掉眼淚。

半劑量則是意識會開始有點恍惚，感官會變得相當敏銳，視線所及色彩會變鮮艷，對比增強，情緒的感受也會增強。

紅色這條線，稱之為「分界線」，左邊是身體主宰的世界，右邊是意識凌駕於身體的世界，在跨過線之前，身體與意識都可以如自己所願來運作，但一跨過線後，世界就會變了，意識會與身體切開來運作，在接近這條線的時候，整個「人」會處在一種怪異的狀態，稱之為「跨界狀態」，張眼所及的世界，會開始「飄動」，特別是重複的幾何圖形

，可能會不自覺就盯著一直看，任何物體看起來都是活的，而閉眼時則會看到眼前的黑螢幕會開始炸萬花筒（抬頭閉眼看太陽會更加明顯），伴隨著身體不適的反應，可能會是肌肉酸痛、頭暈、嘔吐、失去方向感，可能會不斷磨牙或捏自己（透過身體的刺激來確定意識的存在），第一次經歷跨界狀態的人，可以預料會相當的焦慮不安，在跨界後，身體跟意識就都不是自己的了，在身心狀態不健全的狀態下跨過這條線是非常可怕且折磨的，特別是在進入「自我消融」的狀態後。

最後的劑量是過量，使用啟靈藥過量是許多用藥人一生最遭的夢魘，請參考過量的心得文，即可了解。

多久用一次

以傳統相思湯來說，失去自我的傳統旅程作者認為人在往生前「一次」就夠了，去知道失去自我是什麼感覺，去知道自己在斷開一切慾望後是什麼樣的自己，那感覺太真實獨特了，有經歷過的人，應該不會忘記才是。半劑量跟微量是較建議的使用方式，最主要就是「自我」的掌控能力，傳統旅程有點像是坐上了雲霄飛車，衝進去感受那一切似的，是無法控制任何事的，到最後掉進去什麼都沒有的地方 –「空」，因為「無我」。半劑量因為保留有部份的自我，所以有點像搭火車去定點旅行的感覺，火車到某個小站，在那附近任意逛一逛，下一班火車來了，就上車，可以控制的時間比較多。微量的話，適合有不斷在修煉身心的人使用，因為狀態好的人，只要一點點搭配靜坐就很夠用了。

多久用一次，其實也可以用感覺的，只要狀態夠好，就可以感覺出來，自己現在在那個狀態，到底需不需要用藥，當覺得自己生活中充滿了各種慾望，靈性快被社會化磨光了，身處的環境不適合修煉時，那用點藥，狀態很快就調整回去了。

請記住用藥的目的是在調整身心，狀態調整好後，請透過平日身心的修煉（飲食、運動、靜坐），讓自己維持在身心都很平靜的狀態，只要身心狀態夠平靜，就能察覺自己的異常，有異常再來考慮用藥，請記住「藥物只是一種輔助」。

藥材買賣守則

賣家

不要把賣場設定得很奇幻、靈異、鬼怪，或是將提煉過的 DMT 換個商品名稱，例如叫祈福手鍊之類的，在網路上賣，遲早會被盯上的，把樹皮跟蓬子當作一般的商品來賣、不要提及相思湯、中藥材等等，知道怎麼用的人自然就會用，只要提到食用，就會惹上麻煩。

針對買家的提問也不要正面回答可不可食用，只需要回答非藥用的用途即可，例如：這是植物染染劑、焚香、精油香料、手工皂香料等。

買家

不管是樹皮、蓬子還是駱駝蓬鹼，不要問賣家這東西能不能吃，賣家不可能說可以的。只需要把藥材買好，剩下的問題要靠自己做功課，真的有問題就上論壇問。

取得藥材

相思樹皮取材要點

樹皮粗分成兩部份，外皮（外表皮+周皮）與內皮（嫩皮部+形成層），外皮是最外層的樹皮，特徵是相當斑駁且常有苔類附生，內皮則是光滑且呈現紅酒色。通常相思樹皮的內皮如果越紅，代表樹越老，老樹才含有較多的 DMT 成份。

取材時請內皮與外皮一起取用。



相思樹橫斷面

I 外皮
I 內皮（泛紅）
I 邊材（木質部，樹材）
○ 中間咖啡色部份為心材（樹材）



外皮



內皮（泛紅是老樹的特徵）

從已死的樹取樹皮

- 已死的相思樹是最佳的取材目標，例如倒木，已砍下的薪柴
- 可以在每次颱風季節過後，往災情嚴重的山區走走，常常可以發現相思樹倒木，這類倒木是最佳的取樹皮目標，整棵樹的樹皮剝下來就好幾斤了。也可以把倒木位置記下，等三到五個月再去勘查，此時樹皮應該已經自然剝落了，直接拿現成樹皮更省事

從活的樹取樹皮

取樹皮前請先了解到底需要多少樹皮，樹皮粉膠囊是最省的，狀態好的人 500mg 膠囊兩個就可以了，煮傳統樹皮湯一次約 10 克上下。乾重一克的樹皮面積，約是成人小拇指的面積，10 克約是手握拳的拳頭面積。
請知道自活的樹取樹皮是相當不建議的，取樹皮一定要以已死的樹優先，如果真的要自活的樹取樹皮的話，請遵守以下原則。

- 不要取直徑 30 公分以下的年輕相思樹（內皮為奶油色），要知道老樹是以前的人留給我們的，我們現在就取年輕的樹，以後的人就沒老樹可以用了，切記！
- 每棵樹取樹皮寬度不超過三指幅寬，長度不超過手掌長（約 20 公分）
- 在非雨季、沒下雨的日子去取樹皮，在雨季取樹皮，樹的傷口很容易因為潮濕而腐爛生蟲，所以在乾季取是最恰當的。
- 找直徑 30 公分以上的老樹（內皮泛紅呈現紅酒色），越粗、樹脂越多的樹含 DMT 的成份越高
- 有辦法接觸到樹上枝幹的話，優先取枝幹的樹皮，對樹的傷害比較小
- 不要取樹根，相思樹樹幹皮已經有相當豐富的 DMT，在活的樹取樹根皮，樹就死了，切記！
- 取樹根的缺點是：要用挖的，會沾很多土，還要用水洗
- 要用多少取多少，每次在不一樣的樹上取材，今天要取 10 克，最佳的方式就是找 5 棵樹分別取 2 克

- 不要對樹造成不必要的切口或傷害
- 將樹皮切長條狀取下(上下長條狀)，越細長對樹的傷害越小
- 建議攜帶山刀與鋸子，先用鋸子橫切出寬度，接著把山刀插入切口，再把樹皮慢慢由下而上撕裂翹出來，最後在上方橫切取下，下刀的深度大約 1.5 公分。
- 相思老樹的壽命可達 120 歲。就如同人一樣，帶有 DMT 的萬物都是富有靈性的，取樹皮時帶著虔誠的心行事，旅程就會被祝福。

原樹枝幹處理

如果取得的是完整相思樹的樹幹、樹枝，建議放置自然日曬風乾，或放入曬得到陽光的汽車內(效果更好)，放置數日樹皮就會自然脫落，且完全不帶木質部，一般用刀取樹皮下來都一定多少都會連帶一些木質部的，但木質部沒有我們要的成份存在，所以完全不帶木質部的樹皮是最好煮湯的，不過因為完全風乾後的樹皮相當硬，較難剪成小塊打粉處理，就請依照自己現有器材來評估處理方式了。

樹皮的保存

樹皮取回後，用刷子來回刷表面幾次即可，不要用水洗樹皮，樹皮碰水後就要花更多時間乾燥了，健康的老樹樹皮雖然很斑駁，但其實一點都不髒，並把剛取回的樹皮撕成細條狀，或用剪刀剪碎，方便烹煮（乾了後硬掉就難剪了），接著進行乾燥，避免發霉，提供數個方法如下：

1. 攤平放置到有陽光照射且通風的地方，自然風乾（日曬充足大約三到四天即可，太陽下山後要收進屋內，隔天再拿出來曬，否則會吸收過夜濕氣）
2. 烤箱或烘乾機處理，但溫度不要超過 80 度
3. 放入電子防潮箱中

樹皮乾燥後淨重大約會少 40~50%。

乾燥完成後，請密封保存於陰涼通風處，容器內可以放幾包乾燥劑(推薦「水玻璃」，可重複使用)，不要放到冰箱冷藏，因為冷藏後再放到室溫的環境就會凝結大量水汽，反而會破壞乾燥的狀態。

保存的型態

依照之後要運用的方式來決定樹皮保存的方式，如果不確定的話，就剪成五十元硬幣大小即可

煮湯口服/提煉

將樹皮塊剪成五十元硬幣大小的塊狀，煮湯會較好過濾，也推薦樹皮的賣家賣這種小塊的。

膠囊

打成粉狀，再用細濾網(約80目)去過濾掉較粗的木質纖維

相思樹皮(ACB/Acacia Confusa Bark)

- 自行前往山區取材，相思樹是山區常見樹種。
  - 台灣：整體來說，西部各縣市郊區都很多
    - 台北：四獸山步道，石牌軍艦岩步道，內湖碧山巖
    - 桃園：林口、龜山一帶相當多，三井OUTLET後面那一片都是
    - 台中：大肚山
    - 台南：南藝大周遭、六甲。
    - 嘉義：樹木園
    - 高雄：柴山
    - 屏東、恆春：很多，社頂自然公園
    - 花蓮、台東：相對於西部，相思樹不多，或地形與交通方式不好取得
  - 香港
    - 西貢：早禾坑碼頭
  - 大陸
    - 深圳：燕晗山郊野公園
- 坊間草藥店，可以先電話詢問，較少店家有。
- 網拍搜尋「相思樹皮」、「相思樹粉」、「相思樹樹皮」。

樹皮粉

將乾燥後的樹皮剪成小塊，再用中藥粉碎機打成粉，網拍也可以買到現成的樹皮粉。

相思樹皮科學中藥

阿里巴巴(alibaba.com)搜尋 acacia confusa，可以找到很多精練過的樹皮粉，品名多為「Acacia Confusa Extract」，這類的產品是使用科學中藥的製程，將樹皮煮湯再透過噴霧乾燥並參入介質(通常是澱粉)造粒後產生的(搜尋：噴霧造粒+中藥)，這類的產品通常藥效較水藥(就是藥材直接煮湯)來得弱，作者實驗過 150mg HCl + 樹皮粉科學中藥 500mg 膠囊 x 5，只有微微的感覺，有興趣的朋友可以繼續試上去。

SRS(Syrian Rue Seeds)

網拍搜尋 「駱駝蓬子」，淘寶上的便宜很多，可以用集貨寄回台灣。

HCl

HCl 使用上很方便，只有淡淡的苦味，除去原本 SRS 中的有害物質(Vasicine, Vasicinone)後，讓人頭暈不適的狀況改善很多。

來源：網拍，或參考「駱駝蓬鹼提煉」章節自行提煉。

Moclobemide

用於治療憂鬱症的 Moclobemide 也是一種 RIMA，藥名「憂適解憂適解膜衣錠、Aurorix、歐蕾思)」，使用時一錠 150mg 即可。

淘寶買駱駝蓬子

由於在大陸買貨品寄台灣要先清關，透過集運業者集貨後轉運會比較省事，所以買好中藥材之後要先寄到集貨業者的倉庫再寄回台灣，流程如下。

1. 首先把淘寶帳號申請好
2. 接著註冊平安集運的帳號，如果有問題可以詢問淘寶上的平安集運
    a. 連到 http://member.love-peace.cn/Member/Register
    b. 旺旺名：輸入淘寶帳號
3. 平安集運的帳號註冊好後，登入後會看到你的倉庫訊息，找「深圳倉庫」，列出的「聯絡人」、「聯繫電話」、「郵政編號」、「收貨地址」就是你淘寶下標買好貨後要送達的集貨倉庫
4. 上淘寶搜尋「駱駝蓬子」，會出來數間店家，建議選賣家在「安徽亳州」的，500 克價格約在人民幣 20~50 之間
5. 請買原籽不要買粉狀的，粉狀較不好過濾，且有效的駱駝蓬鹼成份較少(猜測可能是打成粉後放太久有效成份被氧化了)
6. 下標後填入集貨倉庫的資訊
7. 等待淘寶賣家寄出商品，將「運單號碼」記下來
8. 回到平安集運的管理網站，左側「用戶中心/收貨地址管理」，填入台灣的收貨資料，電話那欄的格式是「000000000」
9. 到「管理首頁/我的包裹」，在「1.預報快遞單號」中將快遞單號填入淘寶賣家寄出的「運單號碼」，貨品品名填「中藥材」，粉末的話貨物類型是「特A」，原籽的話是「特B」
10. 等到貨品寄到集貨倉庫後(大約需要兩天)，在「2.查看到貨情況」中會看到你的包裹，勾選起來，點「申請集運」，將「支付碼」記下來(格式 @{xxxxxxxxxxx})接著到「我的訂單」查看，上面會列出費用(特A每公斤 30 元人民幣，特B每公斤 25 元)

11. 到平安集運的一元賣場，如果費用是 50 元的話，數量就下標 50 個，在給賣家的留言中填入上一步驟記下來的「支付碼」

建議每次集運的貨不要超過 5 公斤，方便清關(如果超過五公斤，每五公斤需要多加一個收件人人名)，從淘寶下標到集運再寄到台灣約須 10 - 14 天。

輔助藥材

輔助藥材是除了樹皮與駱駝蓬子之外的藥材，這些藥材運用得當的話，可以讓旅程更順利。

薑

學名：Zingiber officinale
又稱薑母，可買薑粉沖泡方便使用。薑粉沖泡的量大約是 3 匙布丁匙加 500c.c 的溫熱水即可。薑湯最適合搭配 HCl 膠囊服用(於「暖身」的階段，見文後說明)。

推薦硬體設備

電子秤

電子秤的規格一般表示為「最大秤重/精度」，例如 500g/0.01g，也就是最大可以秤到 500g，精度為 10mg。
依照要不要做提煉 DMT 來決定要買的秤，一般而言不做提煉的話 500g/0.01g 就夠用了，要秤藥材，裝 HCl/樹皮粉膠囊都沒問題，駱駝蓬鹼提煉的話，HCl 50mg 的藥效差異都不算明顯，但要提煉 DMT 的話，精度就建議要用到 0.001g(毫克/mg) 等級的，因為 DMT Freebase 的話，10mg 的差異就很明顯了，用 10mg 等級的秤去量，如果顯示 0.01g，那有可能是 10mg 或是 19mg，感受上是差很多的，新手不想被嚇到的話，建議是謹慎一點。
市面上一般的電子秤大多是進口自大陸，可以上淘寶買，再用集貨，以下推薦幾款不錯用的。

mg 等級






實際用過淘寶上數款毫克電子秤，左邊兩款都不錯，體積小，量到的度數不會大飄，很便宜，台幣約 $300，最右邊這款很穩定，是目前用過最穩的，也不貴，約台幣 $750，建議預算夠的話直接買最右邊這款。

10mg 等級



上面這款便宜又好用，10mg 等級的台灣網拍或淘寶都很好買，大賣場、烘焙用品店也可以找到不少。

瓶罐

其實不用特別去買，到家裡附近的資源回收站去要，通常都會給，或是垃圾車來收垃圾時，就應該有很多瓶罐可以拿了。快炒店的門口也很多。

刮刀

美工刀刀片可以用來刮結晶，買最寬的美工刀刀片(2.54公分)，用鉗子從中間折成兩片，使用前請用洗碗精或丙酮把刀片上的油洗掉。



美工刀片適合刮放在平底玻璃容器上的結晶。烘焙材料店買得到的矽膠刮刀適合用來刮 #400 不鏽鋼濾網上的結晶。

不沾墊/燒烤墊/烤肉墊

外觀通常是黑色正方形一大片，材質通常是玻璃纖維布塗聚四氟乙烯(PTFE)，PTFE 是相當穩定的化合物，耐酸鹼，不易起化學作用(也是水管止洩帶的材質)。使用上的特性就是非常的不沾，很適合刮不鏽鋼網(#400)上結晶時，墊在桌上，刮完不鏽鋼網上的溼結晶後，會有些結晶透過不鏽鋼網貼在不沾墊上，可以再刮一下不沾墊，回收一些有結晶的溶液。

HERAN 禾聯黑晶電陶爐(13L1-HTF)

不挑鍋的黑晶爐、電陶爐很適合用於烘乾結晶成品，與加熱溶液。挑選時，記得要買黑晶爐或電陶爐，一般的電磁爐是無法加熱玻璃容器的。

如果使用這款電陶爐加熱使用一陣子後會自動跳電，那可能是爐的內部溫度太高了，請把爐架高約 5 公分，這樣爐下方的風扇才可以順利排熱。

13L1-HTF 的加熱模式分為功率或溫度：

- 功率：每 100W 一階，150W 到 1350W，，共 13 段。
- 溫度：每50度一階，80、100 到 650，共 13 段。

烘乾結晶

將溼的的結晶放在平底的玻璃烤盤上，準備好美工刀片，先將電陶爐溫度開到最高，高溫警示燈亮起後，把溫度降低，在 150-250W 之間調整，烘 Freebase 的溫度不要太高維持在 150W 就好，如果看到結晶開始變油就代表溫度太高了，鹽類通常可以高一點，但建議不要超過 250 度。
烘乾的過程，不斷重複：烘一下子 -> 用刀片將結晶刮起來重新攤平。等到大部分都變乾時，就把溫度降到 150 W，慢慢烘，接著結晶會開始變硬，用刀片刮下去有像是沙子一般的感覺時，就代表烘乾差不多了。如果結晶變硬後結塊，可以再用缽把塊狀磨成粉狀。

如果是 #400 濾網直接拿上去烘的話，建議是稍微架高一點再烘(下面墊個約一公分高的蒸架)，不然容易烤焦，沒時間慢慢顧烘乾過程的人，架高後請控制在 150 W就好，溫度再上去不顧的話非常容易烤焦。
注意烘乾的過程中，請全程戴上口罩，才不會吸進細小粉塵。
用黑晶爐/電陶爐烘乾結晶的效率比用吹風機高。

吹風機的缺點在於很容易結晶只有表面乾，內部還是溼的，還有就是無法烘乾微溼的粉末，因為粉末會被吹走。

400目不鏽鋼濾網(#400 Mesh)

用途一：當藥材袋

1. 先將 #400 裁切成長寬都約 25 公分。



2. 對半由下往上折，讓開口在上



3. 左右往內重複折，折到中間留約 15 公分(適合放進煎藥壺的長度)



4.準備好藥材，這邊大約 100 公克



5.先用夾子把左右邊先固定夾起來，再將藥材倒進去，並將上方開口往下重複折



6.上方開口折到底後，左右邊夾子再固定一下



7.打開一邊的夾子，用棉繩開始捆繞



8.左右邊都繞好後，再到中間打結，完成



用途二：過濾結晶、藥材成品

1. **準備好一般的粗濾網、夾子、#400**



2. **將 #400 折一角用夾子夾起來**



3. **放上粗濾網，即可用於過濾**



使用經驗分享

當藥材袋

煮出來的湯，相當的乾淨，以駱駝蓬子湯來說，可以煮出清澈帶藍綠色（玉山銀行）那種。

跟坯布/豆漿布的藥材袋來比較的話，#400 的優點是：

- **不會吸湯汁**
- **好清洗（不會生鏽，用菜瓜布刷即可清掉大部分的渣）。**
- **#400 比較細，藥材不易洩出，湯汁雜質少，最後的結晶會很漂亮。**
- **坯布藥材袋在煮的過程中，袋中相當容易形成氣室，進而浮起來，不利煮湯。但 #400 就不會形成氣室，只要藥材都浸入水後，整包就會沉下去了，不會浮在水面上飄。**

當濾網

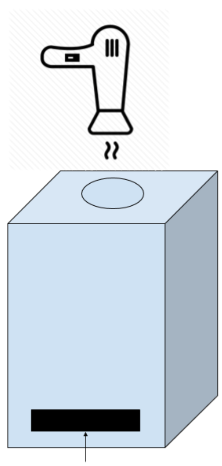
過濾完成後，可以將濾網攤開用刮的，即可把成品刮走，放到下一個步驟的容器上。或是直接整張拿去烘乾，烘乾後濾網上的成品就會變硬，只要把濾網揉一糅，成品就會自然掉落。

400號濾網是相當細的濾網，不管是鹽類或 Freebase，只要結晶狀況沒有太差，幾乎都可以被濾網留在上面。

自製粉末烘乾機

用於將溶液過濾出來的粉末(Freebase/藥粉等)烘乾，用一般家用吹頭髮的吹風機，再加一個紙箱就可以完成。

示意圖



材料

- 容器：裝待烘乾物，通常是平底的玻璃盤，或將過濾後的 400 目濾網直接烘乾。
- 紙箱：底部最好跟你的玻璃容器差不多大小的，高度約 40-50 公分。
- 厚紙板：可以拿一個不要的紙箱，裁切一面來用。
- 吹風機：一般家用即可

材料來源

- 玻璃盤：網拍有款「鍋寶烤盤」，便宜又好用。
- 紙箱：大賣場、全聯都可以拿，有種裝 12L 礦泉水的紙箱(悅氏鹼性離子水)很適合。

製作

先把吹風機的出風口靠在厚紙板上，把出風口的形狀描到厚紙板上，接著用美工刀把圓形切開，然後把吹風機插入厚紙板，看看有沒有密合。

在紙箱的其中一個直立面，接近底部 3~4 公分的地方，開數個小洞，這是用來排氣的

組合

把紙箱上方打開，把玻璃盤放到紙箱內，再把厚紙板蓋上去，然後把吹風機插入厚紙板開好的圓內，用夾子將厚紙板與紙箱固定，避免交接處有太多空隙，接著開動吹風機就可以開始烘乾了。

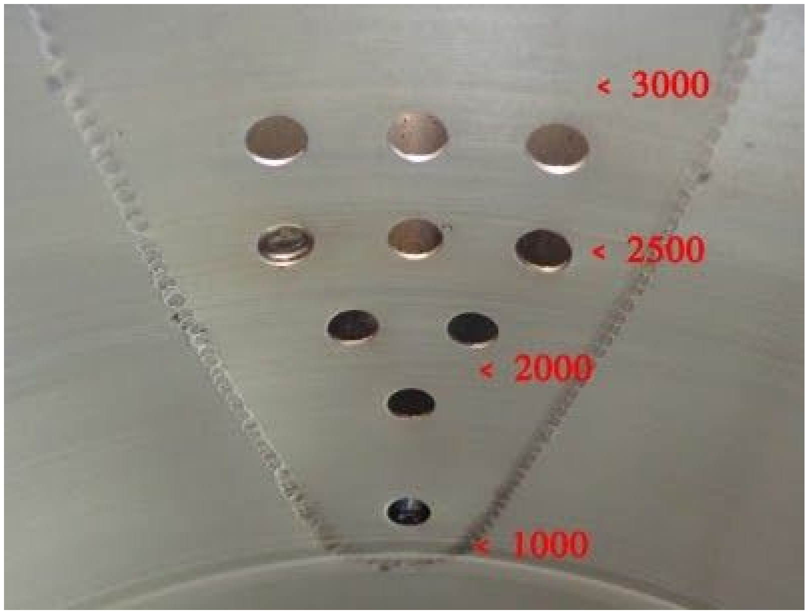
實測

10 克(乾重) Freebase 粉末，大約三小時可以烘乾，紙箱內部穩定溫度約 66 度。注意如果把粉末刮起來後又要重新烘乾，這時候一開吹風機粉末就會被吹走，建議要完全烘到乾再刮拿起。粉末烘一段時間表面乾了後，也可以用刀片在粉末表面押出井字，加速底部烘乾。

駱駝蓬鹼較好烘乾，大約 6 小時以內可以完全乾。(但還是黑晶爐效率高，黑晶爐大約一個小時可以處理完成)

DMT-F/FB 較難烘乾(因為有 NMT，容易變油狀)，烘乾時，每隔幾小時觀察油膏表面，有慢慢變乾，就用刀片把全部油膏刮起來，重新細切攤平，如此重複，慢慢就會乾了。

婦寶 3.5L 不銹鋼煎藥機(煎藥壺)



婦寶煎藥壺的容量標示

市面上的電力煎藥壺可以將藥材湯煮到大約剩 2 碗(約 500ml)時自動保溫，不用顧火，相當適合用來煮藥材湯。煎藥壺的構造，中間是一個圓形的加熱器，當水位低於這個加熱器時，加熱器溫度一升高，就會自動進入保溫。使用藥材包來煮時，會遇到一些問題。

加熱器無法跳開進保溫

因為藥材包裡面都會有水分，煮到要跳開的水位時，藥材包會貼在加熱器上，藥材包的湯汁會讓加熱器無法跳開，所以我們準備好一個蒸架，把藥材包架高於加熱器上方(越接近加熱器越好)，再進行加熱，那加熱器就不會受到藥材包的影響，就會正常跳開。這個蒸架如果買不到剛好的，可以用 2mm 的 304 不鏽鋼絲(五金行買白鐵絲)折一個出來用。

加熱時藥材包會飄在表面

藥材包在煮的時候，常常會跟隨著沸騰的湯滾動，這時可以將煎藥壺的鍋蓋用白鐵絲(304/316材質)做以下的改裝，把鍋蓋頭轉下來，把螺絲轉出來，再用老虎鉗把白鐵絲轉出一個小圓圈，剛好可以穿螺絲進去，再把鍋蓋頭鎖上去，讓鍋蓋頭蓋上時可以把藥材袋向下壓。



加熱器很慢跳保溫

把煎藥壺蓋子完全蓋上來加熱時，沸騰後湯是會翻滾的，這些翻滾的湯會讓加熱器比較慢跳開，所以一開始加熱時可以將蓋子完全蓋上，等待水沸騰後就把蓋子移開一點，留個小縫，這樣水位到的時候就會順利跳開。全程蓋子蓋著跳保溫的容量約是 500ml，留小縫的話大約 600ml，可以依照你要的溶液量來調整(例如配合你的酒瓶容量)。

愛樂壓(Aeropress) - weedlover426 分享 - 原文

有在煮相思湯的飛友，應該都會發現過濾是一個問題
這裡推薦一個神器"愛樂壓"
可以去上網查一下是甚麼，是一個做咖啡的器材(還有辦專門的比賽)
形狀就像一個大型針筒，下面可以放濾紙或不鏽鋼濾片(選購)
因為可以用手施加非常大的壓力，完全不用擔心過濾水下不去的狀況
樹皮粉渣不但不會難過濾，也可以把所有精華都擠出來
活性碳過濾直接碳粉給到下去攪一攪，再倒到愛樂壓裡面過濾，成品乾乾淨淨

分享一下自己的recipe~(使用愛樂壓大約40分就可以做好~)

1. 20g樹皮粉+500ml水+10g白醋
2. 小火煮至約剩100~150ml水量的時候熄火
3. 將樹皮湯連同樹皮粉到到愛樂壓中，湯匙攪拌後加壓過濾(記得放濾紙)
4. 過濾後的湯液+100g冰塊降溫
5. 待冰塊融化，加入兩大匙活性碳粉攪拌(買碳粉不用買太細的)
6. 放到愛樂壓裡過濾，過濾後的湯液再做(5. 6.)一次
7. 最後的成品即是200ml的相思湯，自己是習慣再加熱收乾到100ml (量少一口乾盡比較沒那麼噁)

以上的成品不必一次喝完，想嘗試的務必循序漸進，劑量用法也請大家參考相思湯指南

另外不只相思湯，提煉HCl過濾駱駝蓬子使用愛樂壓也很方便

中藥粉碎機

搖擺式，700克。
先將樹皮用剪刀剪成小塊，完全乾燥後進行打粉，打粉時間大約一分鐘，直到沒有強烈顆粒撞擊聲即可。
請注意，乾掉的樹皮非常的硬，用一般咖啡磨豆機絕對無法打粉的。

愛樂壓(Aeropress)使用教學



上圖左是濾筒，中間是壓桿，右上是蓋子，右下是濾紙。

1. 將圓形的濾紙放進蓋子內貼平，再將蓋子旋轉鎖上濾桶
2. 將濾桶放上接過濾後溶液的容器，使用 500ml 的燒杯
3. 將要過濾的溶液倒進濾桶內
4. 將壓桿裝進濾桶內
5. 將壓桿向下壓
6. 過濾後的溶液會慢慢滴出

愛樂壓非常適合用來過濾溶液雜質，效率極佳。

上圖左是第一次駱駝蓬鹼鹽溶液過濾後的泥巴狀雜質，圖二是第二次的過濾。可以依照過濾後的雜質來決定要不要再過濾一次，例如圖一的雜質很多且厚，那可以再多做一次過濾，圖二雜質就比較薄。

山刀

取樹皮用，買刀刃跟刀柄一體成形的，八吋(全長40公分上下)的不錯。

快煮鍋/美食鍋

用過市面上相當多款的快煮鍋，如何選擇一個好用的快煮鍋，有以下幾點可以考量。

功率

市面上的快煮鍋功率多半是 500、600w 的，少數有作到 1000w，在功率的選擇上，建議是選 500、600w 的即可，因為功率太高的話，以我們的用途來說，如果要用來將湯減量，例如煮到最後是 500ml，但想減量到 250ml 方便操作，用快煮鍋來減量煮到沸騰後，高功率的鍋很容易煮出很多泡泡，這些泡泡很容易就溢出鍋外，所以功率不用刻意選高的。

尺寸

市面上的快煮鍋直徑大多是 15cm。

乾燒斷電

不同的美食鍋在乾燒斷電的設計上有些不一樣，有些乾燒偵測較靈敏，較靈敏的不容易將鍋底燒黑，反之不靈敏的，常常會將鍋底燒黑，煮完需要花些時間去刷鍋底。

鍋緣

鍋緣的設計牽涉到煮完湯後，要將湯倒出來的時候，鍋緣設計不良，倒出來的湯水很容易就沿著鍋子外圍溢出，在高溫的狀態下，相當危險。設計佳的就可以順順倒，水流的速度與量都好控制。

連續沸騰

連續沸騰只有少數的美食鍋有做，如果要用來將溶液減量或煮飯，建議就要買有連續沸騰的。

建議採購

綜合以上幾點，可以買「魔力家304不鏽鋼快煮鍋2.2L」，買好鍋子後，如果要用來煮飯的話，推薦再買兩樣配備。

1. 蒸籠：魔力家快煮鍋可以加購蒸具組(蒸籠＋蒸盤＋蒸架)
2. 湯盆：較扁平的碗，底部是平的，一般雜貨五金就買得到，高約 5cm，碗徑 14cm 左右可以放進快煮鍋即可，這個碗是用來煮米的。



如何用美食鍋煮飯

米：選用白米，糙米用快煮鍋較難煮熟，喜歡吃糙米的話就將白米混入些許糙米即可
米杯：是約 180ml 的容器，米杯全滿的米大約可以煮出兩碗飯，半杯就是一碗飯

1. 首先在快煮鍋內加入 550ml 的水
2. 把湯盆放入米，加一點點水攪拌，再放入快煮鍋
3. 把要蒸的菜都放入蒸籠，放上快煮鍋，蓋上鍋蓋，火力調整到「連續沸騰」，開電即可
4. 在煮的過程中，蒸籠會不斷滴下煮沸的水，所以湯盆不用加太多水就可以把米煮熟了
5. 煮好大約需要 30 分，快煮鍋會自動斷電
6. 通常菜會比米容易熟，煮好後，觀察米的狀況，太軟的話下次就把一開始加的水量減少一點點，太硬就增加一點點水，鍋底燒焦的話，也要多加一點水。

鍋具的保養

快煮鍋使用一陣子後，鍋底都會有些刷不掉的污垢，這時候可以倒入白醋或檸檬酸溶液，置放過夜後即可輕易刷掉污垢

為什麼要學會煮飯

市面上的餐點為了迎合多數人的口味，通常調味都是比較重的，這些調味會對我們感官產生較大的刺激，在實驗藥物的時候，必須要吃調味較淡的餐點，且要很規律的吃，在藥物介入的時候你才會比較容易察覺藥物的影響，特別是在試驗微量藥物時，更需要注意三餐。

食譜

午餐與晚餐

吃最一般的東西即可，買菜的時候，可以挑菜葉類(白菜，A菜)，根莖類(例如芋頭，馬鈴薯)，蕃茄，豆腐，蛋等等，都是很一般的東西。調味的方面，可以買麵筋、豆腐乳罐頭來搭配。米可以混入咖哩粉或椰子油一起蒸。

早餐

湯盆放燕麥 + 五穀粉 + 奶粉，或其他易消化的穀物。
快煮鍋放約 1000ml 的水，蒸籠可以放蛋或饅頭，水沸騰後將一些熱水倒入湯盆與燕麥攪拌，接著繼續蒸饅頭或蛋。

餐與餐之間

可以在蒸早餐時順便把當天要吃的蛋蒸好，白煮蛋極佳用於餐與餐之間解餓，可以戒掉吃零食的習慣，用堅果與白煮蛋取代。

評估身心狀態

生理

藥效的作用下，會感到比較虛弱、癱軟想昏睡，因此喝湯前請透過持續的運動習慣先將自己的體能提昇起來，身體至少要可以承受一餐不吃，完全不會有四肢癱軟、頭暈、血壓低的狀況發生。

心理

先說生理也會影響心理，如果體能不夠強，或是有宿疾，喝了湯容易產生「不如早日歸去」的想法，因為喝了湯，情緒起伏會比較大，負面想法可能會被放大，在悲觀的狀態下喝湯是相當可怕的，請先透過日常的修煉，將自己累積的不愉快，慢慢化解，再來使用藥物，從微量開始循序漸進。

相思湯用藥評量表

請透過用藥評量表 https://zh.surveymonkey.com/r/G8CFB6L，來了解自己適合用哪個劑量的相思湯。
分級

- 45% 以下請使用微量就好
- 45%~75% 可以使用半劑量
- 75% 以上可以「考慮」使用傳統劑量

以上都是建議值，提醒您：身心狀態到哪邊，藥就用到哪邊，身心狀態跟合宜劑量搭配才會有最好的效果。

身心調理

運動

最簡單有效的就是慢跑，每次跑的時間也不用多，40 分到一小時即可，但是要養成習慣，早餐前或晚飯前是不錯的運動時間，建議每週至少要跑四天以上，如果因為身體的病痛無法跑，那也可以用走的，用走的好處是可以一邊思考。另外游泳也是相當不錯的運動，且相當適合復健。

飲食

請吃最基本沒有過度加工的東西，三餐簡單清淡的飯菜即可，不吃冰的、生的，能吃素是最好。現今時代在進入工業化之後，大多數人已經不再從事勞力密集的工作了，現代人多數不用為了溫飽而勞動，長久以來三餐的飲食習慣是否過量了？如果心夠平靜，就會察覺到身體的需求，將會知道什麼時候是「夠了」，請相信人只要很簡單的東西就可以活得很好了。

用藥前把自己的身體狀態調整到體內沒有多餘的東西，終極的目標是旅程進行前，把腸道盡量淨空，例如禮拜六一大早要用藥的話，前一天（禮拜五）調整一下三餐的飲食，早餐吃多一些些，早餐後兩個小時再吃點東西，中餐正常份量，下午三、四點再吃一點東西（午後餐）。午後餐之後吃點做標記的水果，這水果的用途是透過排遺的外觀，判斷用

藥前的最後一餐到底排出來了沒。紅肉火龍果(看顏色)、百香果(看籽)都很適合做標記。

戒零食與甜點

請用堅果或白煮蛋取代

戒糖

糖類會妨礙精神活性藥物的藥效，甚至有不良的副作用，強烈建議要戒糖

飢餓感

飢餓感是每個人最容易察知的感覺，在日常生活中，請去察覺自己什麼時間點會感覺到餓，肚子有明確的飢餓感，肚子會咕咕叫，有飢餓感去吃飯，跟時間到了(例如中午12點)去吃飯，是截然不一樣的行為。請試著去感覺飢餓感的存在。

排泄

如果飲食、作息正常，通常每天一大早會排出前一天早餐跟午餐的排遺，前一天的午後餐通常無法一起排出來，不過用藥前的午後餐量很少，用藥後就會很容易排出來。

觀察消化狀況

在午餐跟晚餐搭配一點點辣椒，例如：愛之味的綠美人剝皮辣椒或韓式泡菜罐頭，只要在排便的時候會感覺肛門辣辣的有刺激感，那就代表那餐沒有被妥善的消化就排出來了，試著去調整自己的消化狀況，讓排便出來是一整條，顏色類似牛皮紙再淡一點的顏色，且沒有辣椒刺激感。

暖身

用藥前身體的準備動作稱之為「暖身」，暖身的時候，最重要的就是提高身體的新陳代謝，把新陳代謝想像成是身體運作效率的指標，用藥的時候身體的工作效率越高，啟靈藥就會越快被身體吸收。我們身體其實會排斥啟靈藥，因為這個藥在作用期間會讓身體無法正常工作(所以意識才有辦法「自由工作」)，身體完全知道這件事。

提高新陳代謝率的作用是，身體在用藥後會開始發現不對勁，當身體要開始排出啟靈藥時，因為新陳代謝率被提高了，大部分的藥都已經在很短的時間內被吸收了，且沒有載體(消化到一半的東西)將藥排出(所以用藥前一定要空腹禁食)，這狀態下，身體會處在一個想拉沒東西，放屁只有空氣，想吐，頂多只有水的狀況。

只要可以控制身體的淨化作用越低越少，身體的不適感降低後，進入狀態後就會越順利。

提高新陳代謝

用藥當天一大早喝一杯薑湯，份量大約是 100ml 溫水配一到兩匙小布丁匙的薑粉即可。接著開始做暖身拉筋，如果對經絡有研究的話，就開始按壓最有感覺的穴位，如果沒有概念那就在不傷害到自己的狀況下，按壓全身按下去覺得最刺激的地方，從腳底到脊椎兩側依序按起。拉筋與按壓大約進行 20 到 30 分鐘即可。接著就可以開始用藥。

規律

讓自己進入規律的生活，規律的生活最大的幫助就是馴服自己的身體，規律的生活、動作可以馴服身體，身體被馴服了，啟靈就會順利，細心觀察廟宇中的誦經早課其實也是同樣的道理，我們的老祖宗早就了解了，誦經這種規律的「動作」會讓身體就像是被催眠了一樣(強調的是動作，並不是實際誦經的內容)，自然而然習慣當下的狀態。先讓身體進入規律，啟靈就會變成是很自然的一件事。

那實際上要怎麼做呢？要是本來就有誦經的習慣，是真的可以這麼做的。沒有的話，透過音樂是比較好入門的方式，挑音樂的方式，就是挑一首讓「呼吸有感覺」的歌曲，特點是沒有人聲(任何帶意義的語言)，旋律規律且不斷重複的，接著在聽這首歌曲的時候，將意念放在呼吸上面。呼吸就是我們要進行的規律動作。

心

在日常生活之中，做最有「感覺」的那件事，做最有感覺的決定，什麼是有感覺，就是這件事做了不會「爽」，但心裡的小聲音知道是對的路。其實我們的靈性一直在引導這條路，但我們一直在錯過。做有感覺的事，就是在聽從靈性的引導，順著感覺就會找到最原始的自我。

靜坐

目前有相當多關於靜坐訓練的書籍，推薦「靜坐的科學、醫學與心靈之旅」、「真原醫」或是這本小書 – 「調身、調息、調心：禪修的21堂課」都不錯，如果讀者今天完全沒有接觸過靜坐，建議參加靜坐的課程，會比較快進入狀況，推薦台灣內觀中心的 10 日靜坐課程。
要是靜坐還練習不起來，那可以試試隨意的放空，可以是剛吃飽飯，就坐在椅子上，什麼都不做，試著什麼都不想。什麼都不做、不想，就是一種最佳的訓練。

靜心輔助工具

耳塞：推薦 OHROPAX Soft，使用耳塞時，可以很清楚聽到自己身體的聲音，是心跳聲、呼吸聲、走路時雙腳傳遞回來的振動聲，仔細聆聽這些規律的聲音將有助於心情的平靜。

醫療用藥

例如現代人常見症狀 – 失眠，去看醫生大多只會拿到安眠藥，吃了或許會比較好睡，但必須忍受副作用，用藥的人應該也知道問題在哪，是壓力造成的，是工作、人際關係種種，建議逐步減少用藥的量，加強運動與飲食的調理，慢慢會發現整個人會比較健康且清爽。

察覺慾望的存在

慾望是人類為了生存下來而生的自然反應，當我們透過靜坐的訓練，讓心靈夠平靜時，就可以觀察到慾望的流動，慾望的出現驅使我們做出相對應的行為，但如果一直順從慾望，那心靈永遠無法得到平靜，也無法透過真我來思考。

那要如何與慾望相處呢？最好的相處方式就是察覺到它的存在並且「放掉它」，就像是水一樣，讓它流過去，例如：今天走在街上，迎面走來一位正妹或型男，此時可能會自然產生慾望多看了幾眼，用不著懊惱慾望的產生，慾望要驅使我們做出反應，這是人性，但我們可以「放掉它」，如果心夠平靜，就不會產生額外的思緒，那慾望就很自然流走了，也了解到自己又通過了一次考驗。

固定重複的訓練

人一旦沒得選擇，且歡喜自在，慾望就沒有介入的機會，例如如果固定都到同一間餐廳點同樣的東西吃，習慣了之後，當肚子餓的時候，慾望就不會作祟要追求美味了。同樣的道理延伸到我們的生活作息，就是固定起居時間，簡單的衣著，聽起來是不是很像在禪寺修行一樣？但修煉真的就是這樣子，道理都是相同的。

獨處

不一定要獨居，但要訓練自己可以獨處，想要與人相處是社會性動物的天性，或許一開始獨處時會感到寂寞，但請了解唯有獨處時才不會受到他人影響，且讓自己有更多的時間可以思考。請不要誤會這不是要對人冷漠或忽視，而是一天一定要保留一段獨處的時間來思考與檢視自己的狀態。

認識自己

啟靈藥的藥效要完全發揮的話，除了藥本身的因素，就是人自己了，了解自己的身體運作方式，可以讓藥效完全發揮又不會對身體造成太多的副作用。請將自己的生活作息、飲食起居都調整到非常規律，在規律的生活之下，可以很容易的察覺身體的生理變化，例如：三餐如果都固定時間吃，那就可以預測出大約何時會肚子餓。

新陳代謝

對於藥效，體內重要的吸收藥效的指標就是新陳代謝，如果新陳代謝對讀者是個陌生的詞，那可以把它想像成是體內各器官在運轉的工作效率，在新陳代謝旺盛的時間去用藥，那藥效就會在短時間內被吸收。在規律的生活之下，一天新陳代謝最旺盛的時間是在剛起床的時候，這時間用藥的藥效會最好，如何判斷體內新陳代謝的狀態？最容易的方式就是觀察自己固定餓的時間，一般人而言大致是：

- 早上一起床
- 吃過早餐後約兩到三個小時
- 午餐後三到四個小時

人在新陳代謝旺盛時，會有一些生理反應出現，例如身體的溫熱感、手心刺激感。
運動可以將人的新陳代謝提高，在長時間持續的運動時，可以注意觀察自己生理的變化，將這個生理變化紀錄下來。在之後用藥的「暖身」步驟後，觀察是否有出現相同的變化。

排泄

吃了什麼就會排什麼，吃多少就排多少，請去觀察排泄是消化自三餐哪餐，讓自己每天至少要有一次排便，且是固定時間進行排便。

禁食

以最佳的用藥規劃來說，如果打算禮拜六早上用藥，那前一天禮拜五的三餐就很重要，禮拜五的早餐可以吃比平常多一點點，或是在早上十點再吃少量的食物，午餐正常份量，晚餐不吃或是提前到三、四點吃，且份量要很少。以禮拜五晚餐沒吃，隔天禮拜六早上要用藥又沒吃，等於連續兩餐沒吃，要把體能狀態調整到可以連續兩餐不吃，又不會有任何不良的生理反應出現（頭暈、四肢無力發冷、低血壓）。

淨身

所謂的淨身除了外在對身體的清潔沐浴外，在內在最重要的就是在用藥前就盡量把體內的排泄物排光，一個作息規律，飲食正常的人，每天至少會有一次的排便，通常是在一大早，一大早的排便通常是前一天的早餐跟午餐的排遺，以上述「禁食」的規劃來說，因為禮拜五晚餐沒有吃，所以禮拜六早上的排便，通常就可以將體內的糞便都排光了。在用藥前將糞便排光，可以在用藥後進入一種「想拉沒東西，想吐只有水」的狀態，就連放屁，也只是排出空氣而已，這是最佳的用藥狀態，沒東西可以排，身體就會相對較舒服一點。身體的副作用少，進入狀態後才會順利。

製作方式

製作方式有煮湯、膠囊、提煉 DMT。

煮湯

樹皮湯是最傳統的服用方式

MAOi 劑量

無論是蓬子粉膠囊、蓬子湯、HCl，只要是含有駱駝蓬鹼的藥物，其特性就是耐受高，通常同樣劑量連續服用三天耐受就會建立了，也因此以下的參考劑量，是指在第一次服用駱駝蓬鹼時的參考劑量。

駱駝蓬子(SRS)煮湯

每公斤體重需要 0.04 克蓬子原籽。
60公斤的成人需要 2.4g：60(kg) x 0.04 = 2.4g

特別注意：蓬子煮湯跟膠囊的劑量是不一樣的。蓬子一點點藥效就會很強了，請不要用太多，或是將劑量自行進位了，用太多頭會很暈想吐，會嚴重干擾接下來的旅程。容易頭暈的人請以 HCl 為優先。

HCl 泡溫水

可以依照要探索在外還是內在來調配 HCl 的量，HCl 劑量輕度時適合探索外在，可以到處逛，劑量再多一點就會比較容易沉睡進入內在的旅程。
HCl 跟蓬子原籽比較，HCl 使用上不會頭暈或想吐，如果天生體質對蓬子有不良反應的話，請優先使用 HCl。

	倍數(mg/kg)
外在	1
內在	2

上表的倍數表示每公斤體重需要 mg 數，例如用於探索外在時，
60公斤的成人需要 60mg：60(kg) x 1(mg/kg) = 60mg
HCl 不用煮可以直接混入約 70ml 溫水(一口的量)攪拌後服用，亦可搭配茶包調味或裝入膠囊服用(就不會有苦味，參考後面章節)。

特別注意：HCl 的 MAOi 效果很強，如果本來是用蓬子膠囊或湯，已經找到適合的樹皮劑量了，那在使用 HCl 時，一定要將本來使用的樹皮粉自微量開始再重新試驗，不然非常容易過量。

相思樹皮劑量(ACB)

相思樹皮中約有 1~2% 的 DMT，但煮湯通常只會萃取出0.5-1%(*1)，也就是 10g 的樹幹皮可以煮出 50 到 100mg 的 DMT，煮湯的特性就是 DMT 的量變異可能很大，樹皮的 DMT 含量，烹煮的火侯，等等都有影響，變數較多，所以樹皮湯的劑量不好拿捏，依照本指南的煮法，10g 樹皮湯大約可以估算有 80mg 的 DMT。

下表為每公斤的體重需要的乾燥樹皮粉公克數。如體重為 60 公斤，那每劑傳統相思湯所需的樹皮粉公克數為：60(kg) x 0.18 = 10.8(g)，也就是 10.8 克。

	倍數
微量	0.05
傳統	0.18

*1 一般相思湯的煮法跟提煉 DMT 的煮法不一樣，可以比較一下。
*2 如果你取得的是新鮮的樹皮，也可以不經過乾燥的步驟直接煮，但劑量就要自行估算了，本指南中的劑量都是以乾燥的樹皮(粉)來估算。

傳統相思湯

劑量

一人份量為 100ml MAOi 水，200ml ACB 水，參考劑量倍數表計算所需的蓬子與樹皮重量。新手可以煮一大鍋蓬子/樹皮湯，過濾雜質後冰起來，每次要服用時再計算出要的劑量隔水加熱(*)服用即可，例如用樹皮粉 30g 煮了一鍋 300ml 的湯，那每 100ml 就可以估計有 10g 的樹皮。

* 要隔水加熱的原因是，如果使用原本容器直接加熱，那原本湯的量會因為蒸發而減少，會導致劑量估計錯誤，因此要用隔水加熱，保持原本湯的容量。

器材

- 有蓋的鍋子一個 或 煎藥壺 或 電火鍋(可控溫佳)
- 電子秤
- 量杯
- 漏斗
- 湯匙（攪拌用，不要讓原料浮在水面）
- 篩網
- 計時器
- 藥材包：中藥包，煎藥包，可以買現成的藥材袋，裝藥材來煮，可以讓湯比較乾淨一些，方便過濾
- 豆腐布(坯布)：最後湯煮好後，可以用密織的坯布再過濾數次，湯的雜質會更少

藥材(一人份)

- ACB 藥材，煮湯用的建議是樹皮碎塊，如果是粉末的話較不好過濾
- SRS 藥材 或 HCl。
- 礦泉水或乾淨水源
- 老薑(薑母) 30 克，用於舒緩頭暈想吐的感覺

製作流程

事前準備

經過數次的實驗，事前將蓬子冰凍與加醋，對於DMT/駱駝蓬鹼的提煉量並沒有影響。請直接使用藥材下去煮即可。
將藥材泡水妥善清洗，特別是蓬子一定要先洗過，因為蓬子採收後都會帶些土塵。

先煮蓮子

1. 鍋子裝 500ml 水，放入蓮子一人份藥材
2. 將老薑 10 克切片後放入
3. 蓋上鍋蓋開大火，湯開始沸騰冒蒸氣後轉成小火
4. 定時用湯匙把貼在鍋子上的藥材撥入鍋內
5. 不時檢查水位，至少要煮半小時，直到水位降低到約 100 ml(時間到之前水位如果過低要加水)
6. 關火，用濾網把渣過濾掉
7. 把最後得到約 100ml 的蓮子湯靜置放涼

接著煮樹皮

1. 鍋子裝 1000ml 水
2. 放入樹皮一人份藥材
3. 蓋上鍋蓋，大火讓水沸騰冒蒸氣，接著轉成小火，煮一個小時，直到 600ml。
4. 把藥材渣過濾後留湯在鍋內(*4)，將老薑 20 克切片後放入，繼續煮到剩 200ml
5. 關火，用濾網把藥材渣過濾掉
6. 把最後得到的 200ml 樹皮湯靜置放涼，最後如果不足 200ml 可以加溫開水進去，湯的味道喝起來比較不會太重難入口

*1 一人份水量較少，要小心不要煮過頭讓鍋子乾燒
*2 如果你經常煮相思湯，請把火候與烹煮時間固定， 會有助於劑量的掌握，因為樹皮中的 DMT 是會煮越久釋放越多出來的
*3 藥材包本身就會吸收湯汁精華，故煮得差不多後，把藥材包撈出來，可以避免吸收湯汁

微量相思湯

劑量

微量相思湯因為一日多次的特性，可以把每劑的水量減少，建議蓮子湯與樹皮湯每劑皆為 50ml。

試算

體重 60 公斤的成人，當天打算使用 5 次微劑量相思湯，求蓮子/HCl與樹皮各需多少克？
蓮子：60 x 0.04 x 5(劑) = 12(克)，也就是 12 克蓮子煮成 250ml

HCl：60 x 1 x 5(劑) = 300mg，也就是 300mg HCl 泡進 250ml 溫水
樹皮：60 x 0.05 x 5(劑) = 15(克)，也就是 15 克樹皮煮成 250 ml

製作流程

參考傳統相思湯，樹皮湯完成後可以過濾單寧口感會比較好

過濾單寧的器材

- 漏斗：建議買不鏽鋼製有內附過濾網的，直徑約 14 公分
- 活性碳：網拍可買，水族館也有，用於過濾樹皮湯中的單寧，買碎粒狀或柱狀的方便過濾，如果有愛樂壓的話，就買粉狀的(參考愛樂壓的使用說明)
- 容器：推薦血清瓶，因為瓶上都有刻度方便掌握劑量

使用活性碳過濾單寧

將煮好的樹皮湯放涼至 40 度以下(可以將容器泡冷水降溫)，將漏斗先放上濾網，依照漏斗大小放入適量活性碳，再不斷搖晃漏斗，並不時用筷子翻攪活性碳，直到沒有黑色粉末掉出為止，接著將樹皮湯倒入漏斗過濾，重複約 3~4 次，嚐嚐樹皮湯，如果有濃濃的苦味，代表單寧還沒被過濾完全，直到樹皮湯呈現淡淡的味道後才算過濾完成。如果最後的樹皮湯很多雜質的話也可以用細濾網再濾一次。過濾後的湯會帶有微微黑色，那是活性碳粉末，不用擔心吃到活性碳的粉末，那對人體無害的，只是太多的話會讓口感不佳。
活性碳可以回收再利用，使用後請先用熱水泡 10 分鐘，再用烤箱烤乾，吹風機吹乾或攤平讓太陽照射晾乾。 如果過濾了數次樹皮湯卻還是很苦，代表活性碳需要換新了，此時可以將活性碳碾碎一點(增加表面積)，可以再延長一點壽命。

使用明膠(吉利丁)去除單寧

明膠是由動物組織製成，含有大量蛋白質，單寧酸容易與蛋白質結合成「鞣酸蛋白」而凝固成塊。明膠是烘焙用材料，大賣場或烘焙用品店都買得到。

1. 依照使用的樹皮粉量，準備好明膠，比例約是 3:1 (樹皮粉：明膠)
2. 煮好樹皮湯後，在還是熱的狀態下加入明膠
3. 攪拌均勻，接著靜置放涼
4. 將膠狀物過濾掉即可除去湯中大部分的單寧。

團體湯煮法

以八個人，每人兩份傳統相思湯為例。

假設每個人的樹皮粉傳統劑量都是 10 克，一次煮兩份是 20 克，八個人共 16 份，也就是 160 克。
用大約 3000 cc 的水去煮，大火煮至少煮一個小時，到剩 1800 cc 時，把藥材撈出來，再繼續煮到 1600 cc 關火。
也就是最後的 1600 cc 中，總共是 16 份傳統劑量，100 cc 就是一份傳統劑量。
以 100 cc 是傳統劑量來算，50 cc 就約是半劑量，25 cc 就是微量。
160 克最後煮到 1600cc，也就是每 10 cc 是 1 克樹皮粉的劑量。
要用體重算的話，微量劑量倍數是 0.05，60 公斤的人用 60x0.05=3 克，也就約是喝 30 cc 是微量。

保存

樹皮湯與蓬子湯要分開保存，冷凍要用塑膠容器，冷藏可用玻璃容器，冷凍可以放置數個月，冷藏大約一週，室溫大約6小時(夏天)，一旦冷凍或冷藏過後請隔水加熱將湯調整到微溫再喝。

膠囊

將藥材乾燥好後打成粉，再將藥材粉裝膠囊服用即可(藥材粉不用煮過)，跟煮湯比，膠囊省事很多。膠囊的優點就是藥效開始作用時比較不會想吐，但開始作用時間會久一點，推薦消化與代謝正常的使用者搭配薑湯使用。

特別注意：膠囊與煮湯用的都是藥材粉末，但是劑量是差很多的，以駱駝蓬子為例，煮湯一般使用 3 克上下，但膠囊是 1.5 克上下，劑量差很多，不要把煮湯用的劑量，拿來裝膠囊後直接使用，一定會過量的。
這之間劑量的差異，原因在於煮湯時有效成份不會完全煮出來到湯中，但裝膠囊服用時，身體會吸收大部分藥材的有效成份，所以口服膠囊的劑量會較煮湯少一點。

零號膠囊(#0膠囊)

#0 膠囊是很常見的膠囊規格，網拍或藥房都很容易可以買到，也有素食的膠囊可以選擇。一個 #0 膠囊大約可以裝 500-600mg 的粉末。空膠囊本身約重 100mg。

問：需要口服 2.5 克的粉末，需要幾個膠囊？
答：2.5g = 2500mg，2500/500=5，「約」需要裝填 5 個 #0 膠囊，如果要準確計算的話，將五個膠囊裝填好粉末後，放上電子秤，將秤到的重量減掉 500mg(五個空膠囊的重量)，就是全部粉末實際的重量。

膠囊製作方式

將駱駝蓬子與樹皮粉乾燥後直接打成粉狀且過篩（不用煮過，直接使用即可），用不鏽鋼濾網將較粗的顆粒、木質部纖維濾掉，才不會造成腸胃的負擔。

蓬子膠囊 (SRS Capsule)

駱駝蓬子在被打成粉之後，Harmine 跟 Harmaline 的成份會隨著時間減少（*），建議購買時買原籽，在要用的當下或前幾天才打成粉（小型的咖啡磨豆機即可）。

蓬子膠囊的起跳劑量是 3 顆（1500mg），每次可以遞增 2 顆的量，直到上限 10 顆，用過量的話頭會很暈，真的進入狀態後會非常痛苦的。要是對蓬子會產生很多副作用的話（頭暈，想吐等），可以考慮直接使用 HCl。

* 提煉過一批放了一年以上的蓬子粉，跟原籽比只提取出約 ⅕ 的 HCl，故做此推測。

HCl 膠囊

HCl 膠囊的劑量，起跳約是 50mg，以 50mg 的級距遞增，最高不要超過 200mg

樹皮粉膠囊 (ACB Capsule)

每個樹皮粉膠囊（500mg）大約可以估算有 10mg 的 DMT+NMT，由於使用樹皮粉腸胃會吸收大部份的生物鹼，可以估算約 2%（10mg:500mg），相對於煮湯與提煉估算約 1%。

特別注意：這邊講的樹皮粉膠囊就是樹皮打成粉裝膠囊，不是膠囊形式的 DMT Fumarate，劑量差很多不要搞錯了。

膠囊劑量

以下以零號膠囊為例 （一個裝約 500mg 粉末）

樹皮粉膠囊數表示法

n (x+y)：n:總共的膠囊數，x:先服用的膠囊數，y:後服用的膠囊數

蓬子+樹皮粉

蓬子膠囊數 (SRS)	樹皮粉膠囊數 (ACB)	註解

3	3	微量
5	5	
7	7 (5+2)	半劑量
8	8 (5+3)	
9	9 (5+4)	
10	10 (5+5)	傳統，接著遞增藥效會增強，但因為蓬子的量也增加了，體質要是會對蓬子會產生很多副作用，真的進入狀態後，會很痛苦的。

HCl+樹皮粉：

特別注意：如果已經有用過蓬子粉膠囊+樹皮粉膠囊，要換成 HCl 時，一定也要從下面的微量膠囊數開始試起，因為 HCl 的 MAOi 效果較蓬子粉強很多，樹皮粉膠囊不減量的話，絕對會過量。

HCl (mg量)	樹皮粉膠囊數 (ACB)	註解
50	2	微量
50	3	
100	4 (3+1)	半劑量
150	4 (3+1)	
200	4 (3+1)	傳統

HCl 與蓬子粉的比較

通常蓬子粉的藥效來得比較慢一點，HCl 藥效較快也較強。

服用膠囊

配薑湯服用效果會比較好，吞膠囊時請將下巴抬高，膠囊比較不會卡在喉嚨。

- 一大早空腹，先 MAOi 膠囊(蓬子/HCl)配水全吞，等 MAOi 的作用信號(通常蓬子較慢作用，約須 30 - 50 分左右，HCl 較快， 20分左右)
- 配水吞 x 顆樹皮粉膠囊
- 等約 60-80 分鐘後，DMT 差不多開始作用了，確認狀態可以掌握，再吞剩下的膠囊 y 顆

特別注意1：如果習慣將 MAOi 膠囊與樹皮粉膠囊同一時間一起服用的話，那藥效是會降低許多的，因為口服的 DMT 要有作用前一定要 MAOi 在體內先生效才會有作用，要是已經習慣了一起服用，那想嘗試分開服用時，一定要將樹皮粉的劑量降低，不然絕對會過量的，細節請參考「一起喝與分開喝」。

特別注意2：服用膠囊進入旅程的時間會比較久，一般喝樹皮湯大約半小時內就會有效果，但膠囊最久可能要一到兩小時才有反應(依照每個人的消化狀況不同)，因此不要覺得膠囊沒效果就追加，風險是非常高的，追加容易讓狀態深度超出預期，要試第二次的話請隔天再試。

膠囊適合消化與代謝正常的使用者，腸胃狀況不佳者成功率不高，狀況不佳者還是以煮湯優先。

DMT 提煉

前面都是講傳統煮湯與膠囊，接下來是提煉的部份，
使用製程為 FASX(Fumaric Acid Saturated Acetone/IPA/Water，富馬酸飽和丙酮/異丙醇/水溶液)，在原料與設備齊全的狀況下，照著製程做約三天可以有產出(多半時間都在等待溶液反應完成與溶劑揮發)，但同時也要體認到這真的就是當今社會法律規範下，真正的「製毒」行為了，行事千萬低調，不要交易，不要分享，自用就好。
不要讓平日行為看起來很可疑，化學藥劑不用時就收好，且想好被質疑時應對的說法，每項藥劑都有附上它的「一般用途」，例如氫氧化鈉可以用來做手工皂，先把保護自己的說詞都先想好。
在提煉前請務必試過樹皮粉膠囊，以口服的用途來說，樹皮粉膠囊真的就很好用了。

提煉量

每次提煉出來的量不要太多，手上不要留太多庫存，以半劑量(70mg DMT-F) 來說，每個月用一次，一年也不過 840mg，遠不到一克，如果一次提煉出很多，就會很容易產生一種心態，就是閒閒沒事想到還有點藥，就來用一下好了，也就是這種心態，讓人

開始濫用藥物。或是提煉出太多而想拿出來販賣，這絕對會惹上麻煩的。提煉好的 DMT 也因為使用方便而容易在心態還沒準備好之下就用了，往往容易造成壞旅。
再來就是提煉好的 DMT，一旦被查獲，檢察官是會參考查獲的量來求刑的，所以請一次提煉一點就好，低調使用。

生物鹼提煉原理

大多數生物鹼會和酸(Acids)反應形成鹽類(Salts)而溶於有機溶劑中。當溶劑加到藥材原料中時，溶劑由於擴散、滲透作用逐漸通過細胞壁透入到細胞內，溶解了可溶的生物鹼，而造成細胞內外的濃度差，於是細胞內的濃溶液不斷向外擴散，溶劑又不斷進入藥材組織細胞中，如此多次往返，直到細胞內外溶液濃度達到動態平衡時，將此飽和溶液濾出，繼續多次加入新溶劑，就可以把所需要的生物鹼完全溶出或大部溶出。

在帶有生物鹼鹽類的酸性溶劑中，如果加鹼(Basify)至鹼性，生物鹼鹽類就會成為游離生物鹼(Freebase)，再利用非極性溶劑(NPS)易溶 Freebase 的特性，加入 NPS 攪拌，等待 NPS 充滿 Freebase 後，直接揮發 NPS 就可以得到 Freebase，或繼續將 NPS 中的 Freebase 轉換成鹽類結晶濾出。

藥材

相思樹老樹樹皮粉，其中 DMT/NMT 含量大約 2.6%，55%是NMT，45%是DMT，對比細花含羞草(Mimosa Hostilis)的根，DMT/NMT 含量大約 2.5%，3%是NMT，97%是DMT。

化工原料

丙酮	
別名	二甲基酮、醋酮
英文	Acetone
化學式	CH3COCH3
特性	親水性(對水稍溶，20度c為6.8%)，在常溫下為無色透明液體，易揮發，易燃，能溶解油，一種重要的揮發性有機溶劑
毒性	丙酮主要是對中樞神經系統的抑制、麻醉作用，高濃度接觸對個別人可能出現肝、腎和胰腺的損害。由於其毒性低，代謝解毒快，生產條件下急性中毒較為少見。

	請不要刻意去聞它。
用途	卸除指甲油的去光水、洗掉油漆
來源	網拍搜尋「丙酮」
註解	MSDS

右旋檸檬烯	
別名	檸檬烯，檸檬油精，檸烯，柑橘精油
英文	D-Limonene
化學式	C10H16
特性	普遍存在於各種精油中，特別是檸檬油、葛縷子、橙子油、佛手柑油、蒔蘿油中。 檸檬烯經研究顯示可抗菌、抗癌、抗真菌、高防腐(是苯酚的五倍)，還具有高度的抗病毒性。 不溶於水。 一般指的檸檬烯就是右旋檸檬烯。
用途	做精油、清潔劑、手工皂精油，除膠劑、調香劑、3D列印中清除HIPS材料
來源	網拍搜尋「檸檬烯」、「檸檬精油、柑橘精油」(要問一下是不是檸檬烯，與含檸檬烯純度多少，可以要 COA* 來看更好)，手工皂或清潔劑店家可能會有賣(如果要從淘寶集運回台的話：特A一公斤 30 元人民幣) * COA：certificate of analysis，成份檢驗表
註解	MSDS

富馬酸	
別名	反丁烯二酸、延胡索酸
英文	Fumaric Acid
化學式	C4H4O4

特性	是一種無色、易燃的晶體，由丁烯衍生出的羧酸。它的味道像水果，並在延胡索屬、牛肝菌屬、地衣及冰島海苔中可以發現。
用途	作為食物酸化劑，防腐劑，製酒，取代酒石酸或檸檬酸，治療牛皮癬
來源	網拍搜尋「反丁烯二酸、富馬酸」，淘寶也有，可以透過集運寄回台灣，參考「相思湯指南」中買駱駝蓬子的教學：貨物類型特A，每公斤運費人民幣30元，找河南鄭州的賣家買。
溶解度	25度C下，對於水 0.63g/100ml，對於 IPA 3.07g/100ml，對於丙酮 0.62g/100ml，也就是 0.34 克的富馬酸需要 54ml 水或丙酮，或 11ml IPA。
註解	MSDS

二甲苯	
英文	Xylene, Dimethylbenzene
化學式	C_8H_{10}
特性	二甲苯是一種無色的帶有甜味容易著火的液體，且自然地存在於石油和焦油中。化學工業經石油製造出二甲苯，以體積為單位，在美國它是排名前30名之一的化學製品。
毒性	在人們暴露於日常二甲苯背景值的研究中指出其對健康沒有影響。 短期或長期間的高濃度暴露可能導致頭痛、肌肉缺乏協調性、頭暈、神智不清和平衡感的變化。短期內人們暴露於高濃度的二甲苯，也可能導致皮膚、眼睛、鼻子和喉嚨過敏，還有呼吸困難、肺部問題、反應遲緩、記憶困難、腸胃不適，以及可能使肝臟和腎臟產生變化。 而暴露於非常高的濃度可能導致失去意識甚至是死亡。 請不要刻意去聞味道。
用途	二甲苯被作為溶劑以及用於印刷、塑膠和皮革等工業，也被作為清潔劑、油漆稀釋劑和亮光漆。

來源	網拍搜尋「二甲苯」
註解	MSDS

異丙醇	
英文	IPA, Isopropyl Alcohol
化學式	C3H8O
特性	無色液體，沸點82 °C，密度0.78，閃火點為12°C 屬無色透明可燃性液體。異丙醇能溶於水、醇、醚。可用於防凍劑、快乾油等，更可作樹膠、油墨.香精油等溶劑。
毒性	吸入400ppm濃度以下，會輕微刺激呼吸道。若在高濃度的環境下，會造成暈眩，甚至昏迷。若發現吸入異丙醇之病患，應先移除污染源或將患者移到新鮮空氣處。倘若患者停止呼吸應立即施予人工呼吸後再就醫。 誤食異丙醇者，有可能會造成暈眩、噁心、嘔吐等症狀。大量食用會造成意識喪失及死亡。若發現誤食異丙醇者，應先給病患服用大量的水後再送醫治療。 請不要刻意去聞味道。
用途	異丙醇的絕大部分被用作塗層或工業生產過程的溶劑或清潔劑（例如半導體晶片洗滌雜質）。特別是藥物應用，由於他被認為任何殘留的毒性低。它也可以用來作為汽油添加劑。
來源	網拍搜尋「異丙醇」，有電子級 99.9% 的
註解	MSDS

碳酸鈉	
別名	蘇打、純鹼、洗滌鹼
英文	Sodium Carbonate, Washing Soda

化學式	Na_2CO_3
特性	其水溶液顯弱鹼性，為強電解質
用途	做麵包
來源	網拍搜尋「碳酸鈉」，全聯超商
註解	MSDS

氫氧化鈉	
別名	燒鹼、苛性鈉
英文	Sodium hydroxide、lye、caustic soda
化學式	NaOH
特性	是一種具有高腐蝕性的強鹼，一般為白色片狀或顆粒，能溶於水生成鹼性溶液，另也能溶解於甲醇及乙醇。此鹼性物具有潮解性，會吸收空氣裡的水蒸氣，亦會吸取二氧化碳等酸性氣體。
注意	1. 氫氧化鈉為強鹼，要非常小心處理，使用時一定要配戴**護目鏡、手套與口罩**。 2. 氫氧化鈉在非常低的濃度下即會對皮膚和眼睛產生刺激。接觸到氫氧化鈉固體或濃縮液會對眼睛、皮膚、胃腸道引起嚴重的燒傷，最終可能導致死亡。 3. 氫氧化鈉粉末極容易飄散到空氣之中，請在操作氫氧化鈉的環境中，要全程戴口罩。也不要刻意去聞氫氧化鈉的味道，在把氫氧化鈉跟溶液混合時，會激烈反應，可能會冒泡，請不要刻意去聞氫氧化鈉的蒸氣，操作的空間一定要通風。 4. 存放氫氧化鈉的容器要做明顯的標示，例如在容器上用紅筆寫上 NaOH，不要把氫氧化鈉跟其他型態類似的藥劑放在一起，例如鹽，如果你在廚房操作，但把氫氧化鈉當成鹽加到你的食物中了，這是非常致命的失誤。 5. 調配氫氧化鈉溶液時，請將溶液(例如水)倒入裝氫氧化鈉的容器中，而不是將氫氧化鈉加入溶液中，這其中的差異是，將氫氧化鈉加入溶液時，如果你的氫氧化鈉有受潮結塊或是不小心一次倒太多，倒進去

	時就有可能把溶液賤出來且容易激烈反應冒泡，所以將「溶液慢慢倒入氫氧化鈉」是相對較安全的作法。 6. 皮膚接觸到氫氧化鈉溶液時，會有種沾到肥皂水的感覺，滑滑的，操作過程中，如果有滑滑的感覺，就要有警覺，立刻去沖水。 只要能遵守以上的原則，氫氧化鈉會是很安全又很好用的，請小心操作，安全第一。
用途	製作手工皂、保養品基本材料，精製石油中和劑，再生橡膠，再生離子交換樹脂，造紙，金屬表面處理。
來源	網拍搜尋「氫氧化鈉」
註解	MSDS 請參考電影「Fight Club」（鬥陣俱樂部）

藥劑的標示

在裝藥劑的罐子上做清楚的標示，但 FASX 系列，FASA、FASI、FASW 不要直接做標示，原因在於 Google FASX 時，搜尋的結果相當容易出現來自 dmt-nexus.com 的資訊，有可能會洩漏用途，可以簡單標上 A、I、W 即可。

工具的保養

藥劑

藥劑請密封保存，特別是氫氧化鈉相當容易受潮結塊。

pH 計

電極乾燥一陣子後就會損壞，長期不用時要將電極泡入氯化鉀溶液中，平時使用時可以準備一個茶杯裝水，將電極泡入水中保持溼潤。
定期約兩個月將 pH 計校正一次。

針筒

由於針筒都拿來裝 NPS 與 FASX 等溶液，使用一陣子後活塞會硬化，導致針筒無法推動，可以使用液態矽油塗抹於活塞環上，軟化活塞。

電子秤

平時不使用時，不可以放置物品於秤台上。定期約兩個月校正一次。

名詞解釋

這邊收集一些查資料或看國外論壇會常遇到的名詞

pKa	Acid dissociation constant，又名酸解離常數，是指一個特定的平衡常數，以代表一種酸解離氫離子的能力。 一種酸的pKa越大則酸性越弱，pKa越小則酸性越強（反過來說，Ka值越大，解離度高，酸性越強，Ka值越小，部份解離，酸性越弱）
NPS	Non-Polar Solvent，非極性溶劑，非極性物質在非極性的溶劑中溶解的最好：即「相似相溶原理」。像是無機鹽類（如食鹽）或是醣類（如蔗糖）等極性強的物質，僅溶解於極性強的溶劑中，例如水。而像是油或者是臘等強非極性物質僅溶解於十分非極性的有機溶劑中，像是己烷。許多非極性有機溶劑，如松節油 (turpentine)，能夠溶解非極性物質。 常見的 NPS 有檸檬烯(D-Limonene)、二甲苯(Xylene)
溶劑 (Solvent)	溶劑原料包括：水、醇類 （乙醇、異丙醇、正丁醇）、酮類（丙酮、丁酮）、醚類酯類、芳香族溶劑 （甲苯、二甲苯）。
極性	極性（親水的）和非極性（不親水的）
相似相溶原理	例如：無機鹽類（如食鹽）或是醣類（如蔗糖）等極性強的物質，僅溶解於極性強的溶劑中，例如水。而油或是臘等強非極性物質僅溶解於非極性的有機溶劑中，像是己烷。油水不混合即是如水與己烷（或是醋與沙拉油）是無法相互混合溶解，儘管經過充分的攪拌後仍然會迅速地分成兩層。
沸點	沸點關係到了蒸發的速度。少量的低沸點溶劑，像是乙醚或丙酮，在室溫之下幾秒鐘之內就會蒸發掉了。然而高沸點溶劑，像是水或乙酸乙酯，則需要較高的溫度、氣體的吹拂或真空（或低壓）的環境下，才能快速揮發。 丙酮：56°C 二甲基亞碸(DMSO)：189°C 異丙醇：82°C 二甲苯：138.5°C
A/B	ACID/BASE，酸鹼法，先將溶液酸化再鹼化
STB	Straight-To-Base，直鹼法，直接將溶液鹼化

xstal	crystal，結晶
J-Spice	Jungle Spice，泛指生物鹼中非 DMT 的其他成份，如 NMT
BP	Boiling Point，沸點
tek	Technique，製程，如 FASX
nX	如 1X，2X，3X 代表幾倍
pull	提取有效成份的過程，如 3x pulls 表示做三次的提取

DMT 特性

DMT Fumarate(DMT-F)

外觀：白色/淡橙色/粉狀/透明晶體或油狀(看製程)
分子量：492.608 g/mol
燃點：230°C
組成：DMT + Fumaric Acid + DMT
溶解度：

- 易溶：水
- 可溶：甲醇，乙醇，異丙醇
- 不溶：FASI，FASA，丙酮，二甲苯，檸檬烯

DMT Freebase(DMT-FB)

外觀：白色/淡橙色/粉狀/透明晶體或油狀(看製程)
化學式：C12H16N2
分子量：188.26884 g/mol
沸點：60-80°C
熔點：44.6- 46.8°C
汽化點：160°C
XLogP：2.0
XLogP3：2.5 (PubChem)
pKa：8.68 (Merck Index)
氧化：會降解成黃色油狀 DMT N-Oxide，DMT N-Oxide 同樣可以致幻，可透過 鋅粉反應 轉換回 Freebase
溶解度：

- 易溶：二甲苯(Xylene)、甲苯(Toluene)、檸檬烯(Limonene)、丙酮(Acetone)、異丙醇(Isopropyl Alcohol)、甲醇(Methanol)、乙醇

(Ethanol)、二氯甲烷(Dichloromethane)、三氯甲烷(chloroform)、醚類(Ether)、丁酮(Butanone)、正丁醇(Butanol)

- 可溶：石腦油(Naphtha)、己烷(Hexane)、庚烷(Heptane)，但低溫時難溶於這些溶液中
- 難溶：水

器材

名稱	註解
電子秤	建議至少要可以測量到1毫克等級的，網拍查「電子秤 0.001」
容器	玻璃燒杯 1000ml x 1，500ml x 1
酒瓶	透明鋁蓋的酒瓶，實際容量 600-700ml ，推薦金門高粱 600ml 的瓶子，實際容量大約是 710(滿到瓶口)。如果瓶蓋好後，有漏水的狀況，到水電行買「止洩帶」，用止洩帶將瓶口纏幾圈即可。
玻璃棒	或不鏽鋼筷，攪拌用
美工刀刀片	找最寬的那種，2.5公分寬的，五金行有賣，用虎頭鉗從中間對折成兩片，使用前先用洗碗精或丙酮把刀片上的油洗掉
爐子	傳統瓦斯爐，或用電的快煮鍋，建議用煎藥壺，一般的煎藥壺是設計成煎到剩 2 碗(500 c.c)自動跳保溫，不用顧火方便很多。推薦婦寶 3.5L不銹鋼煎藥壺。
鍋子	煮湯用，有蓋子，不鏽鋼，容量大約 2L
粗濾網	豆腐布，又稱「坯布」，用於過濾，首選是 #400 不鏽鋼濾網
扁平容器	可以加蓋密封，內部底部扁平的玻璃容器，例如玻璃便當盒，容量越大越扁平越好，買至少 1500ml 以上的。
細濾網	咖啡濾網，可以買不鏽鋼製的，或細目的不鏽鋼網，建議用400目的不鏽鋼濾網，用於過濾粉末雜質，取得方式：網拍搜尋「不鏽鋼網」，淘寶搜尋「400目 不鏽網」，淘寶上面的便宜很多，400 目不鏽鋼濾網還可以用於過濾 HCl 與 DMT，可以買一大片備用，淘寶上 1米(100cm)x1米含運大約是台幣 400 上下。

針筒	50ml 左右的兩支，一支抽 NPS，一支裝 FASX。 1ml 針筒一支，用於抽膏狀的 DMT Freebase 或 DMT Fumarate
量匙	米色布丁小湯匙，全聯拿得到，一匙氫氧化鈉大約是 2 克
pH計	(非必要)由於製程中大量使用酸與鹼的反應，有 pH 計或酸鹼試紙會比較有概念發生了什麼事

工作環境

最佳的工作環境是有水有電，有多個洗手台，爐具，方便洗器具，排廢水。有很多人會在家裡廚房進行，如此做的人要注意，不要讓化學藥品污染到食物，或讓 NPS 味道溢出。

- 通風(NPS味道都很重)，沒有抽風設備的話，就開著電風扇
- 有電
- 有水
- 桌子鋪好報紙
- 紙巾

防護配備

本製程一開始使用了強鹼，建議做好安全防護。

- 護目鏡
- 橡膠手套
- 實驗衣、要丟棄或不怕髒的衣褲

單位

1g(克)=1000mg(毫克)

材料準備

以最後產出 1g DMT-F，需要老樹樹皮粉 100g 與下列原料

1. 酸：白醋/糯米醋/蒸餾醋 300ml，大賣場就有，買最便宜的即可
2. 鹼：碳酸鈉 100g 或 氫氧化鈉 20g，用於鹼化溶液，差異是氫氧化鈉是強鹼，鹼化時可能只需要加一兩匙，使用碳酸鈉的話就要加非常多才有辦法到達相同鹼度，但使用上氫氧化鈉(強鹼)較碳酸鈉危險。氫氧化鈉建議用於一開始樹皮湯的鹼化，而碳酸鈉用於將 DMT-F 轉換成 Freebase 時。
3. NPS(非極性溶劑)：要產生 DMT Fumarate 的話用二甲苯或檸檬烯，約 150ml，以檸檬烯為優先，毒性也較二甲苯弱(不過考慮完全揮發後其實沒差)，檸檬烯溶出游離鹼的能力比二甲苯好，氣味也比二甲苯好聞很多。要產生 DMT

Freebase 的話，用中油的環保去漬油(白/綠色瓶身)，每罐 500ml，先準備兩罐，去漬油的特性是提取 DMT N-Oxide 的能力差，所以用去漬油的話，建議做鋅粉還原的步驟 。去漬油在大陸稱作 120 號汽油。

4. 富馬酸：大約 20g
5. FASX：由 FASI、FASA、FASW 選擇其一，優先權 FASA > FASI > FASW，使用 FASI 需要異丙醇(IPA)約 20ml，使用 FASA 需要丙酮約 100ml。
6. 鋅粉：大約 10g，用於將 DMT N-Oxide 還原回 DMT(新鮮的樹皮非必要，但有做的話萃取率會提高一些，如果樹皮已經在戶外曝曬很久了，可以做看看還原，紀錄一下還原的程度如何)

溶劑測試

將所要使用的溶劑，各滴一滴到玻璃表面，等待一段時間，觀察是否可以揮發完全，如果無法揮發完全，代表溶劑本身不純有雜質或被污染了，建議選用純度較高的溶劑。
接著稍微聞一下溶劑的味道(用手搧，不要大口吸)，去知道它的味道是什麼，如果製程沒有洗掉這些溶劑的話，最後的產品多少都會有溶劑的殘留，去知道它的味道，製程產出後，聞一聞就知道有沒有溶劑的殘留。

NPS 溶劑毒性

LD50(半數致死量)表示「該物質能殺死一半試驗總體所需的量」，數字越大代表越不毒。

	LD50 口服(老鼠) 單位 mg/kg	60公斤的老鼠致死量 單位 g	備註
鹽 (NaCl)	3000	180	每日建議攝取量約 5g
尼古丁	3.34	0.2	一包菸大約有 250mg
咖啡因	127	7.6	每杯咖啡約含 100mg
二甲苯	2119	127	
異丙醇	3600	216	
去漬油	5000	300	
丙酮	3000	180	
檸檬烯	4400	264	

上表是口服的毒性，使用這些溶劑時，有極大的機會吸入揮發溶劑，溶劑吸入時，毒性就相對比較大了，在室內做的話，要保持通風，或是添購抽風設備。在提取時，保持容器密封，降低溶劑揮發的可能性。建議要穿戴防毒面具。

有機溶液的危害

經過加油站時，聞到的特別味道就是有機溶液，長期處在有機溶劑濃度高的環境下，人會昏迷。如果是在進入狀態後吸入有機溶劑，就算是非常微量，例如：撕開膠帶、坐進新出廠的汽車、開箱塑膠製產品，這些平常會覺得沒什麼，但只要在狀態內，人就會進入一段，腦袋完全空白的狀態，變得完全呆滯，要非常小心。

有機溶液的防護

以常見的 3M 口罩來說，拋棄式的可以買 8247。可重複使用的防毒面具，可以買 7502（面罩）+ 6001（濾毒罐）。

材料相容表

這個表是容器的材料與溶劑之間的相容性，確定你的容器跟溶劑彼此可以相容，才可以使用該容器來裝特定溶劑，A:極佳，B:可，C:不建議，D:差

	強鹼	強酸	二甲苯	去漬油	檸檬烯
玻璃	A	A	A	A	A
PE					
PP					
HDPE					
VITON					
PTFE					
FKM					

*原始來源：https://www.coleparmer.com/Chemical-Resistance

提煉製程

前言

提煉 DMT 有許多步驟，通常三天內可以完成，真正要動手操作的時間大概不到幾個小時，大部分的時間都是在等待。製程開始後，一定要常常去想，現在在哪個步驟，現在溶液裡面有什麼東西，加了這個東西後，它接下來應該會有什麼反應，一定要讓自己一直去想這些問題。指南在此盡量將步驟寫得很詳細，讀者看過理解後，可以再整以一份精簡版的，特別將藥劑劑量、溶液量、比例等等標清楚，開始實驗時看會比較方便。

精進製程的方式就是不斷的比較實驗，將實驗的變數獨立出來做測試，例如：今天想知道用 NPS 提取 Freebase 時，到底酒瓶搖多久就可以了？那實驗方式可以是，找三個酒瓶裝等量的鹼性樹皮湯，加入等量 NPS 後，A 搖 5 分鐘，B 搖 30 分鐘，C 搖 60 分鐘，抽出 NPS 滴 FASA 去觀察起霧的狀況，如果 B 跟 C 差不多但都高 A 很多，那就知道搖個 30 分鐘應該就可以了。

實驗中，要養成作筆記的習慣，不斷的去「觀察」與「紀錄」，這些參考資料都會讓日後的製程更精進。

製程中有標(特別注意)的段落一定要看清楚，那表示這步驟處理不好的話，是會嚴重影響製程，甚至是會危害生命安全的。

實驗中使用到的溶劑，有些是需要花時間溶解反應完成的，例如：FASX，鋅粉醋溶液，這些可以先調好，製程開始後會比較順，減少等待時間。

製程上有什麼問題的話，網路有相當多的資源可以查，新手會有的疑問，可以保證別人都問過了，英文還行的話，Google 幾乎都查得到(討論大多來自 dmt-nexus，順代一提，這網站創立於 2007 年，這世界已經有非常多人做過這件事了)，要養成先查資料再發問的習慣。

操作製程時，請靜下心慢慢來就好，沒有哪個步驟是要很快的動作去完成的，慢慢做等久一點，最後產出才會好。

在操作製程中，如果有要外出，一定要將可疑的成品/半成品先收好，照個鏡子整理儀容，把身上可疑的粉末清洗乾淨，換套乾淨的衣物再出門。

最後再次提醒，低調自用，不要分享，不要販賣，祝好運！

1.酸化(Acidify)

這個階段將溶液變成酸性，過程中會將藥材中的生物鹼成份煮出來。

DMT 是與植物中的單寧酸(Tannin Acid)形成鹽類(DMT Tannate)存在樹皮中，將樹皮加醋一起煮，就會將 DMT 自樹皮中煮出來到湯中，並轉換成醋酸鹽類(DMT Acetate)。

A.將樹皮粉加入 900ml 水，30ml 白醋，開火煮到水位 600ml 時關火，將湯倒到新的容器
B.把藥材留在鍋內，加 900ml 水與 30ml 白醋再煮一次，直到 600ml
C.將 600ml 樹皮湯用粗濾網過濾一次，不要有明顯雜質即可，將湯倒到新的容器
D.重複 B.、C. 一次
E.(非必要)等待煮湯的時候，可以先準備下一步驟要用的鋅粉醋溶液
F.收集三次得到的湯共 1800ml，一起煮到 600ml
G.將樹皮湯用細濾網過濾一次
H.此時樹皮湯溶液內充滿 DMT 生物鹼鹽

2.還原 DMT N-Oxide(DMT 氮-氧化物)

本步驟新手可略過。DMT N-Oxide，是 DMT 被氧化後產生的，樹皮都含有不定量的 DMT N-Oxide，它一樣有致幻的效果，但是較 DMT 弱，且難以被去漬油提取出來，本步驟是將 DMT N-Oxide 利用鋅粉還原回 DMT(DMT N-Oxide reduction)，以 100g 樹皮粉有 2% DMT 來說，假設全部都是 DMT N-Oxide 好了，那也就是有 2g DMT N-Oxide，我們約需要等量的鋅粉來做還原(*1)。

a.準備鋅粉約 2 克，加一點點醋(50ml)到鋅粉中，攪拌使其充分溶解，放置兩小時，每 10 分鐘攪拌一次，觀察鋅粉冒泡狀況，等待鋅粉不再激烈冒泡時即可(這個鋅粉醋溶液可以先調好，節省作業時間)，本溶液會冒出不好聞的氣味，請不要刻意去聞它，放在通風的地方。
b.將鋅粉醋溶液過濾掉鋅粉
c.將鋅粉醋溶液倒入樹皮湯中，均勻攪拌樹皮湯，放置一小時

*1 原始資料

3.鹼化(Basify)

準備 8g 氫氧化鈉(*1,小布丁匙四匙)，慢慢將氫氧化鈉加入樹皮湯(*2特別注意)，重複加一點鹼->攪拌->等待一分鐘，剛加入氫氧化鈉時氫氧化鈉會沈澱在容器底部，請用攪拌棒確實把底部的氫氧化鈉攪拌，讓其完全溶解。

加入氫氧化鈉後的溶液，顏色一開始會變成咖啡牛奶色霧狀，直到 pH 11 以上溶液又變回清澄紅酒色。鹼化的溶液內為 DMT 游離鹼(Freebase)，將湯裝到玻璃酒瓶(*3)，靜置放涼讓溫度降至室溫。

完成這步驟後，決定要的是口服用的 DMT 鹽類(Salt，如 DMT Fumarate)還是霧化吸食的游離鹼(Freebase)，鹽類使用的 NPS 是二甲苯或檸檬烯，要游離鹼的話，用中油的環保去漬油。**新手請先使用 DMT 鹽類，也就是用二甲苯或檸檬烯來提取**。

*1 每 150ml 樹皮湯約須 2g 氫氧化鈉，或使用 pH 計去測試樹皮湯的鹼性，pH 有 12 以上就可以了

*2 整個 DMT 提煉流程最危險的藥劑就是氫氧化鈉了，要謹慎使用它，把鹼加入溶液時會大量放熱，避免造成意外，請慢慢加，先加一點點鹼看反應，加一點攪拌一下。若不小心碰到鹼液，請立刻用大量清水沖洗。如果身體接觸到氫氧化鈉粉或顆粒，請立刻用乾的毛刷或衛生紙輕輕抹去，再用大量水沖洗。如果加鹼前的樹皮湯是高溫的狀態，加鹼後會大量放熱激烈反應冒出很多氣泡，甚至將玻璃瓶炸裂(國外有案例)，相當危險，請一定要將湯先放涼再加鹼。也不要刻意去聞氫氧化鈉粉末或蒸氣，操作環境一定要通風並戴防毒面具。

*3 裝樹皮湯的容器建議是鋁蓋的玻璃酒瓶，由於此時樹皮湯是強鹼，下面步驟又會加入 NPS 有機溶劑，如果用一般的塑膠容器裝強鹼的有機溶劑，容器會被融化或膨脹無法密封，最安全方便的容器是玻璃酒瓶，蓋子也不能用塑膠的，建議是鋁蓋。如果一定要用塑膠的話建議用 HDPE 塑膠瓶，不過全透明的不好買到就是了，透明的方便觀察溶液狀態。

4.提取游離鹼(Freebase)

這個步驟要動手操作的時間比較長，也是影響產量最大的因素，有耐心慢慢做即可。

先將酒瓶的鋁蓋鎖上酒瓶，鎖到底後用筆之類的硬物，在鋁蓋上壓入一個內凹的形狀，讓玻璃瓶口內緣輪廓清楚可見，這麼做的用意是鎖上瓶蓋後讓瓶內的空氣盡量排出來，瓶內空氣越少，越有利於接下來的操作。

A.使用去漬油

使用去漬油提取的難度較高，如果是要取得 DMT Freebase 的話，建議一開始先用下面的 「B. 使用二甲苯、檸檬烯」，在取得 DMT Fumarate 後，再轉成 Freebase 來用，等整個製程都熟練後再來使用去漬油。常溫

下去漬油溶 Freebase 的能力較二甲苯與檸檬烯差，所以每次的提取都要先將樹皮湯隔水加熱來提取，危險性較高。

1. 調整酒瓶樹皮湯的容量，將樹皮湯倒入酒瓶，並預留 110ml 的空間，樹皮湯如果太多就先倒出來備用，太少就加水或之前留下來的樹皮湯
2. 將樹皮湯隔水加熱(直到容器外的水沸騰)
3. 倒入去漬油 100ml，加蓋鎖緊。(完全裝滿 110ml 的話，去漬油蒸氣產生後就會讓溶液溢出)
4. 準備一條抹布，沾滿水，用抹布包著酒瓶，手比較不會燙
5. 開始翻轉酒瓶(*1 特別注意)
6. 因為樹皮湯現在是熱的，去漬油加熱後就會容易汽化，翻轉時要不時打開瓶蓋洩壓一下，如果發現向下凹的酒瓶瓶蓋，變得沒那麼凹了，那是就裡面的去漬油蒸氣很滿了，慢慢轉開洩壓即可，事後再將瓶蓋壓凹回去
7. 將去漬油用針筒抽出來(*2)，倒入新的容器內
8. 再重複四次「步驟 2. 到 7.」，總共收集到去漬油 500ml(加熱後的去漬油容易汽化，實際上大約只會收集到約 400ml)
9. 將樹皮湯回收保存(***3**)
10. 將 500ml 去漬油隔水加熱減量到約 70-100 ml，此時去漬油會變得有點像舒跑那樣白濁、微黃，或表面開始飄白霧，這時停止加熱(***4 特別注意**)，要是減量後去漬油都還是清澄透明的，那代表樹皮湯可能加熱不夠久，或是搖酒瓶不夠久，可以再加去漬油多做幾次提取
11. 等待去漬油降溫到室溫
12. 將減量後的去漬油倒入扁平玻璃容器
13. 置於冷凍庫(冰箱上層) 36 小時，放進去冰箱後，盡量就不要再去動容器了，越好奇不時去看、去搖晃它，它就要花越多時間結晶。
14. 觀察容器底部，此時應該已經充滿許多小雪球，那就是 Freebase 晶體，把去漬油慢慢倒出來保存，倒的時候小心不要連 Freebase 一起倒出來了，把去漬油回收用於下次製程。要是拿出容器時，觀察到去漬油表面還飄有白霧(還沒結晶的 Freebase)，那就繼續再冰，每六小時觀察一次，直到白霧消失
15. 找一塊抹布鋪在桌上，放兩隻筆，將容器上下倒置放在筆上架高，讓殘留的去漬油慢慢流下，等待容器內的去漬油揮發乾淨(稍微聞看看味道就知道揮發乾淨了沒)

16. 將容器從冰箱拿出來放到室溫下時，容器本身會開始凝結水氣，形成小水珠附著在容器上，等待水珠也揮發乾淨，可以用吹風機開低溫或電風扇吹來加速
17. 如果產出的 Freebase 經過以上的步驟都還可以維持晶體的狀態（通常很難），那就用刀片把結晶刮起來存放
18. 若結晶變成油膏狀了（通常是這狀況），先用刀片把油膏刮成一團，再刮到容器內，或用針筒直接抽起來保存
19. 如果最後沒油膏也沒晶體產生，不要將樹皮湯丟棄，有效成份應該都沒被去漬油提取出來，可以改用二甲苯或檸檬烯提取再操作 FASX
20. 以上步驟完成後就得到可以用於霧化抽的 Freebase 了，人體吸收霧化的 Freebase 效率相當高，請謹慎使用，參考劑量表由微量慢慢來。常溫下的 DMT Freebase 相對於 DMT Fumarate 比較不穩定，如果產出是粉狀的，想要維持粉狀的型態，那請密封放冰箱保存，室溫的話很容易變油膏狀。

B.使用二甲苯、檸檬烯

1. 調整酒瓶樹皮湯的容量，將樹皮湯倒入酒瓶，並預留 50ml 的空間，樹皮湯如果太多就先倒出來備用，太少就加水或之前留下來的樹皮湯
2. 倒入 NPS 50ml，加蓋鎖緊
3. 開始翻轉酒瓶（*1 特別注意）
4. 將 NPS 抽出來（*2），倒入新的容器內
5. 重複四次「步驟 1. 到 3.」，總共收集到 NPS 250ml
6. 將 NPS 倒入玻璃扁平容器內
7. 將樹皮湯回收保存（***3**）
8. 繼續接下來的步驟取得 DMT Fumarate

*1 翻轉酒瓶的方式，將酒瓶上下翻轉，等待 NPS 完全浮在樹皮湯之後（約三秒），再進行下一次翻轉，翻轉兩分鐘後放兩分鐘等待氣泡消失。翻轉完成後的 NPS 會變得有點濃濁感（去漬油呈現白濁，二甲苯與檸檬烯偏黃），每次翻轉酒瓶的程序大約進行 30-60 分鐘，慢慢轉即可，如果發現 NPS 底部開始稠稠的充滿塌陷的氣泡時，就把酒瓶放置久一點，稠稠的 NPS 氣泡就會消失了。將酒瓶呈 45 度斜放，緩緩轉動酒瓶也可以加速氣泡消失。觀察 NPS 的氣泡，如果 NPS 的氣泡是光明透亮的球形的話（非塌陷氣泡），代表 NPS 的提取效率很差（例如：沒隔水加溫的去漬油）。

*2 用針筒將 NPS 抽出來倒入容器中，注意盡量不要抽到下層紅酒色的樹皮湯，如果抽到了可以再排出去重抽，這邊抽的 NPS 越乾淨最後成品的雜質就會越少

，把 NPS 盡可能的抽出來，剩下一點 NPS 在瓶內沒關係，最重要是保持抽出來的 NPS 的純淨度

***3**：剩下的樹皮湯由於還是 pH 約為 11 以上的鹼性溶液，把 NPS 完全揮發乾淨後，剩下的鹼水可以當作清潔劑來使用，用來洗馬桶，流理台，或用大量廢水稀釋後再倒掉，請勿隨意倒棄，避免造成環境危害。最後建議留下 100ml 上下的量，留待下次製程，調整酒瓶溶液量

***4**：去漬油是易燃的，直接用火燄加熱會燒起來，使用瓦斯爐明火加熱時要特別注意，一定要隔水加熱，避免去漬油直接接觸到火源。如果使用開放未加蓋的容器裝樹皮湯，在用去漬油提取時，去漬油的蒸氣會大量冒出，在室內的話，一定要開抽風保持通風，不然久了會頭暈不舒服

5.FASX - 產生 DMT Fumarate

A.調製「FASX」

1.將 340mg 富馬酸加入溶液內，攪拌 5 分鐘，將沒有溶解的富馬酸過濾出來，取得飽和的溶液，用針筒裝 FASX 溶液

2.FASI：11ml IPA

3.FASA：54ml 丙酮

4.FASW：54ml 水

* 也可以多調一些飽和溶液做備用

B.將 FASX 針筒慢慢滴 FASX 到裝 NPS 溶液的扁平容器中，「滴一點 FASX -> 搖晃容器」，如此重複，FASX 滴入後會形成白色霧狀，那就是 DMT-F，持續滴入，直到沒有明顯霧狀產生，將溶液靜置等待一小時，NPS 溶液中的霧狀會慢慢消失變得清澄

C.再滴入幾滴 FASX，觀察還有沒有白色霧狀沈澱產生，有的話就重複「滴 FASX -> 搖晃容器 - > 等待」的步驟，直到沒有明顯霧狀產生

D.把扁平容器加蓋放入冰箱冷凍加速結晶形成，靜置每兩小時觀察一次，最終底部會慢慢形成結晶或油膏狀的 DMT-F，等待溶液完全變得清澈透明，容器底部的結晶或油膏清晰可見為止

E.把已經完成沈澱的清澄 NPS 慢慢倒到新的容器，慢慢倒底層的 DMT-F 就不會一起被倒出來，回收的 NPS 洗過後可以再次使用(*1)

F.依照最終 DMT-F 成品形態來做不一樣的處理

1.油膏狀：請將扁平容器放到室外讓自然風乾，或用可控溫烤箱溫度設定 80°C 烘烤，或吹風機開熱風吹，大約過六小時後，本來的油膏會變得比較乾並且結塊，用美工刀片把 DMT-F 刮起來放到玻璃容器內(如果還是油膏狀就繼續烘)，或是直接用針筒抽油膏保存。

2.結晶狀：結晶狀較好處理，室溫放置 2 到 4 小時等待 NPS 揮發乾淨即可用美工刀片刮起

G.將 DMT-F 融入少量丙酮(可以蓋過 DMT-F 即可)，攪拌後用玻璃棒把結塊搗碎，放置 20 分鐘，接著用細濾網過濾，由於 DMT-F 不溶於丙酮，但大部分雜質溶於丙酮，過濾後留在濾網內的會是較乾淨的 DMT-F，再放到紙上，放到黑晶爐上架高進行烘烤(溫度不超過 150 度)，直到變成蠟狀結塊為止。

H.這階段完成後，得到的就是蠟狀的 DMT-F，可用刀片切碎或用缽磨成粉，顏色通常是淡淡的偏白臘黃色，可以用於搭配 MAOi 口服，如果要再轉換成用於霧化吸食的游離鹼(Freebase)就接著進行下個步驟。

*1 將裝 NPS 的容器加入 NPS 三倍份量的清水，充分攪拌半小時，由於 NPS 中可能還殘留有 FASX，FASX 的特性是溶於水，因此這動作可以將 NPS 中的 FASX 洗到水中，靜置等待 NPS 與水分層，再把乾淨的 NPS 抽出來裝到新的容器加蓋保存待下次使用。

6.DMT Fumarate 轉換成 DMT Freebase

A. 先將 DMT-F 秤重，取等重量的碳酸鈉，首先調製飽和碳酸鈉水溶液，準備室溫 20ml 水，加入碳酸鈉，充分攪拌 10 分鐘後將沒有溶解的部份過濾掉。碳酸鈉於 27.8 °C 對 100ml 水的溶解克數為 34.07。

B. 容器裝 20ml 熱水，將 DMT-F 加入，充分攪拌，確定 DMT-F 全部溶解

C. 將碳酸鈉水溶液倒入 DMT Fumarate 水溶液，充分攪拌後將會反應生成 DMT Freebase 沈澱

D. 將 DMT Freebase 溶液密封(玻璃便當盒加蓋)放到冷藏，等待五小時，溶液會變得清澄透明，結晶沈澱明顯為止

E. 使用細濾網過濾溶液，留在濾網內的是 Freebase 晶體

F. 由於最後的 Freebase 可能會有碳酸鈉殘留，此時可以將 Freebase 加入少量丙酮(IPA亦可)溶解，再使用細濾網過濾，由於碳酸鈉不溶於丙酮，但 Freebase 溶於丙酮，過濾後的溶液就是溶解 DMT Freebase 的丙酮，殘留的碳酸鈉會被留在濾網上，再將溶液倒入扁平容器，靜置等待丙酮揮發完全，再用刀片將 Freebase 刮起，置於紙上烘烤乾後即可使用。

這個步驟結束後，就會得到淡黃色蠟狀的 DMT Freebase，可以不用搭配 MAOi 直接用於霧化吸食。

如果你要再將 Freebase 轉成 DMT Fumarate，那就把 Freebase 泡少量丙酮(50ml)溶解，再進行「FASX - 產生 DMT Fumarate」步驟即可。

產量

第一次提煉的產出，100 克樹皮粉來說，DMT Fumarate 有 800mg，DMT Freebase 有 500mg 就算很不錯了。真的要用打分數來評量的話，這樣就有 80 分了，一開始的 80 分很容易，80 分到 90 分，可能再試驗 5~6 次，90 分上去就很難了。多實驗幾次之後就會慢慢掌握到，如何去追求極限，如何去把成份榨乾提取出來，有任何心得也可以發表到網路上，讓大家參考。

先研究不傷身體，再講求效果

不傷身體

製程產出的 DMT，無論是 Freebase 或鹽類，在要洗的步驟就好好洗一次，要等待揮發就等待揮發完全，若想省時間，到後來只會殘留雜質或 NPS，得到不純的成品，雖然製程中的溶劑口服毒性都不高(參考前面的 LD50 表)，但倘若養成習慣，經年累月服用後難保身體不會出問題，所以請謹慎的去操作製程。

效果

在試驗產出時，DMT Fumarate 以 20mg(要配合MAOi)，Freebase 以 10mg 來實驗，去感覺有沒有效。走霧化攝入 Freebase 時，體內吸收的效率很高，也因此不要將 DMT Fumarate 跟 DMT Freebase 的劑量搞錯，同樣 40mg 的 DMT Freebase 跟 DMT Fumarate，效果是天差地遠的(*1)，千萬不要搞錯。
*1：Freebase 霧化吸收的效果非常強，40mg DMT Freebase 大約是 100mg DMT Fumarate 的效果了。

DMT Freebase

Freebase 的效果要好，建議使用電子煙霧化器/Dab vape pen/G pen去抽，留待之後的章節說明

DMT Fumarate

鹽類的效果要好，關鍵就是 MAOi，最好可以使用 HCl。MAOi 有完全作用的話，DMT 鹽類才會順利被人體吸收。

製程除錯

樹皮

先確定樹皮粉是有效的，先試過樹皮粉膠囊，搭配 MAOi 使用。

NPS

NPS種類：一開始先用二甲苯或檸檬烯提取後做 FASX，等熟練後再用去漬油直接提取 Freebase
提取次數：越多越好，「少量 NPS 提取多次」與「大量 NPS 提取少次」，可以比較看看。
搖洒瓶：不使 NPS 乳化的狀況下，越久越好

溫度

去漬油跟樹皮湯提取前先加熱過
提取好 Freebase 的去漬油確定有冰得夠久，冰著不管它，結晶就會越順利，後面好處理

濃度

樹皮湯：一般樹皮 100g 煮三次，再濃縮到 600ml。越濃縮提取效率越好，在不讓樹皮湯變得濃稠的狀況下，大約可以煮到 150ml，期間要不斷過濾雜質(紅色泥漿)，不然溶液會變稠。
去漬油：提取完再減量之後比較好處理

酸鹼

有 pH 計看最準，或買酸鹼試紙看也可以，製程熟悉後，可以記下酸鹼化某溶液需要加多少酸鹼，例如：300ml 樹皮湯要用 4g 氫氧化鈉之類的

結晶的迷思

如果做出來的 DMT Fumarate、DMT Freebase 並不是結晶狀，請不要氣餒，甚至將其丟棄，由於我們使用的材料是相思樹樹皮，活性的成份含有 DMT 與 NMT，在常溫下是相當容易變成油膏狀的，依照提煉的經驗，DMT Fumarate 五次裡面大概只有一次會得到結晶，DMT Freebase 就都幾乎是油膏狀的，相對於自細花含羞草提煉 DMT ，細花含羞草得到成果通常會是結晶狀的。無論是不是結晶狀，精神活性成份都是有效的，DMT Fumarate 是要用來口服的，DMT Freebase 用來霧化吸食的，有沒有結晶其實沒那麼重要。如果是存放上的考量，請將油膏刮進小玻璃容器，要用時刮一點出來服用即可。再來就是油膏狀也有方便的地方，就是可以直接用針筒抽起來，如果要用霧化器抽，滴「幾滴」就可以了，相當的方便。

DMT 的分離與純化

相思樹提煉出來的精神活性成份其實是 DMT+NMT(NMT比例上還多一些)，這也就是俗稱的Jungle Spice(辣辣的草本精華)，看過不少文章表示，其實辣辣的效果比較好，

油膏狀帶點黃橙色像蜂蜜一般，是最適合啟靈用途的。大自然已經把成份調好了，所以除非是研究用途，才要去純化與分離 DMT/NMT，不然就不用費心再去做這些步驟了。

食品安全

就食安的角度來探討，製程過程中最好是可以完全使用符合食品安全的藥劑，但由於 FASX 製程中，精神活性成份會先溶入 NPS 再進行提煉，NPS 提取階段前要使用的藥劑，用不符合食品安全的還可以接受，但 NPS 提取階段後，就要小心一點了，也因此 NPS 選用檸檬烯優於二甲苯，如果用二甲苯的話，要確定有用丙酮洗過一次且揮發乾淨，再進行服用。建議是實驗階段用二甲苯，等待技術成熟後就轉用檸檬烯（價格考量，如果買到的檸檬烯並不貴，請還是優先用檸檬烯）。

	鹼	酸	NPS
符合食品安全	碳酸鈉	賣場白醋/糯米醋	檸檬烯
不符合食品安全	氫氧化鈉	冰醋酸（未稀釋）	二甲苯

保存

由於 DMT Fumarate 相對於 DMT Freebase 穩定，因此建議以 DMT Fumarate 的型態做保存，將 DMT Fumarate 放入密封不透光的容器，內裝一小包乾燥劑。因為我們的原料是相思樹樹皮，萃取出來的其實是 NMT 加 DMT（NMT比例上還多一點），以夏天的室溫而言，處理好的 DMT 粉末是相當容易變成油膏狀的，所以請置於低溫的環境（建議密封冷藏），避免陽光照射。

服用方式

比較 DMT Fumarate 與 DMT Freebase 的服用方式，通常 DMT Freebase 用於加熱後吸食，而 DMT Fumarate 則用於搭配 MAOi 口服，原因是 Fumarate 是酸性的，Freebase 是鹼性的，應用於加熱時，由於酸性的 Fumarate 的熔點高，燃燒後大部分有效成份會直接被燒掉，而鹼性的 Freebase 的特性是熔點低，容易被霧化後吸收。

DMT Fumarate 則用於搭配 MAOi 口服，原因是胃酸也是酸的，可以較容易處理酸性的 DMT Fumarate，達到較好的效果。而對於鹼性的 Freebase 而言，胃酸就要花比較多時間處理，因此也有人會將 Freebase 搭配酸性飲料（例如檸檬、柳橙汁）一起服用，Freebase 加酸就會變回較容易被人體吸收酸性的鹽類。

劑量

參考劑量服用，務必遵守由「微量」開始的用藥原則。提煉過的 DMT 藥效較藥材煮湯來得強，使用提煉物之前，一定要先試過樹皮湯或膠囊，會比較有心理準備。

DMT Fumarate 口服

請記得提煉過的東西，一點點就很強了，特別是 mg 級的東西，20mg 用看的也才大約小拇指指頭的量，不要覺得「看起來」很像不夠，就自己再多加了，買個可靠的電子秤，把量秤清楚再服用。

將 DMT-F 粉末摻入溫水攪拌或將 DMT-F 裝至膠囊服用，也可以使用茶包調配，可以蓋過 DMT-F 的味道。

先服用 MAOi，過 30 分鐘後，服用 DMT-F，大約再 30 分鐘藥效會開始作用，空腹服用效果較佳。

DMT Fumarate 參考劑量(mg)

	微量	半劑量	傳統
搭配駱駝蓬子	30	70	100
搭配 HCl	20	40	60

請一定要從微量試起，再向上微調 MAOi 與 DMT-F 的量，去得到最適合當下狀態的劑量。HCl與駱駝蓬子的劑量，參考前面搭配樹皮粉膠囊的劑量。

DMT Freebase 霧化吸食

使用霧化器(Vaporizer)，將溫度設定到 170°C，溫度到達後開始吸，吸入肺後閉住呼吸大約 10 秒再慢慢吐出，大約數秒內就會開始作用，作用持續約 20 分鐘，效果會相當強。會昏過去或整個人直接定住進入狀態。所以一定要先將環境整理好，找個舒適的地方躺著、或沙發坐著，不要想抽了再去準備，不可能有時間反應的，「切過去」的瞬間是完全無反應能力的。

使用 Freebase 前，請一定要先試過口服的 DMT-FB 或樹皮粉膠囊，會比較有概念才不慌。

參考劑量(mg)

	微量	半劑量	傳統
DMT Freebase	10	20	30

Changa

原理是將 DMT Freebase 溶入丙酮，再混入草藥中，等待丙酮揮發完全，就可以將帶有 DMT Freebase 的草藥做成捲菸或用霧化器吸食，請參考 Changa （往上捲有圖片說明）。

DMT - 酸鹼溶液中的百分比

pH	DMT Fumarate	DMT Freebase
11	1 %	99 %
6.3	99 %	1 %

DMT - Fumarate 與 Freebase 互換

1mg DMT Fumarate = 0.76mg DMT Freebase
也就是說轉換成 Freebase 後量會變少

自我保護問題

最好的作業環境是獨居且沒有閒雜人等的隱蔽空間，如果作業環境是有可能有其他人進入的，請先問自己這些問題：

Q1 為什麼這麼多藥劑、鍋子，你在做什麼？

Q2 為什麼有油漆味(NPS)，你在做什麼？

Q3 你在煮什麼？這可以喝嗎？

Q4 為什麼有這麼多樹皮、木屑？

Q5 這罐酒紅色的是什麼(樹皮湯)？

Q6 這粉末是什麼？

駱駝蓬鹼

駱駝蓬鹼提煉

說明如何將駱駝蓬鹼(Harmala Alkaloid)自駱駝蓬子(Syrian Rue Seeds, SRS)中提煉出來，提煉出的駱駝蓬鹼可以用於製作 Changa(含有 DMT Freebase 的捲菸)，或作為相思湯中的 MAOi，單獨使用則有放鬆心情、助眠等作用。

整個提煉過程大多的時間都在等待反應完成與過濾，一般而言 12 小時內就可以有產出。

駱駝蓬子約含有 6% 的生物鹼，駱駝蓬鹼中含有以下成份：

- Harmine: 0.44%
- Harmaline: 0.25%
- Tetrahydroharmine(THH): 0.1%
- Harmane: 0.16%
- Harmalol: 0.6%
- Vasicine (peganine): 0.25%<
- Vasicinone: 0.0007%

其中 Harmine、Harmaline 與 THH 都具有精神活性，我們所要提煉的是 Harmine 與 Harmaline。

以口服 3 克原籽來說，帶有的 Harmine 有 13.2mg，Harmaline 有 7.5mg。

Full Spectrum (FS/全譜)

指的是含有全部的駱駝蓬鹼，對比指定個別駱駝蓬鹼，如：Harmine、Harmaline，也就是我們要用來作為 MAOi 的駱駝蓬鹼。

HCl鹽類與Freebase(FB)

鹽類是駱駝蓬鹼天然存在植物中的型態，煮湯加鹼(如氫氧化鈉)後，就會轉成 FS Freebase 游離於湯中。再將帶有 FS Freebase 的湯酸化(加醋)後加氯化鈉就會產生 Harmine 與 Harmaline 的鹽類結晶(HH HCl)。

在相思湯的應用上，有三種型態的駱駝蓬鹼。

Full Spectrum Freebase(FS Freebase/FSFB)

駱駝蓬子湯酸鹼直出得到的 Freebase，這階段的 Freebase 含有全部的駱駝蓬鹼。

Harmine & Harmaline Hydrochloride(HH HCl)

自 FS Freebase 提煉出 Harmine 與 Harmaline，並轉換成鹽酸鹽類(hydrochloride/HCl)。

Harmine & Harmaline Freebase(H&H Freebase/HHFB)

將 HH HCl 再鹼化後得到的 Freebase

以上的 Freebase 適合霧化抽，HCl 適合直接口服。其中 Freebase 的特性就是遇酸會轉為鹽類 HCl，如果將 Freebase 口服的話，在胃酸的作用下，Freebase 就會轉成鹽類，也就是 FSFB 會轉成 FS HCl，HHFB 會轉回 HH HCl，如果要口服的話，FS HCl 是含有全部的駱駝蓬鹼的(也就是包含有害的 Vasicine 與 Vasicinone)，而 HH HCl 就只有可以作為 MAOi 的 Harmine 與Harmaline。

綜合以上說明，口服可以用 HH HCl （建議） 與 HHFS （多此一舉），霧化抽則 FSFB、HHFB 皆可，霧化抽 FSFB 雖然含有 Vasicine 與 Vasicinone，但在實際體驗上，無任何不適的反應。

其中 HH HCl 習慣上直接稱呼 HCl。

化工原料

氯化鈉	
別名	食鹽、石鹽、鹽、食用鹽
英文	Sodium Chloride
化學式	NaCl
特性	氯化鈉在多數情況下是白色的粉末，其結晶是半透明的立方體，但也可能會因雜質而呈現出藍或紫的色調
用途	各種鹽的用途
來源	網拍，全聯，不要買低鈉鹽(用KCl取代NaCl)，購買前看一下鈉(Na)的含量，越高越好，其他非鈉的添加物越少越好，建議買「台鹽高級精鹽/碘鹽」(不要特級的)或是化工行的氯化鈉。
註解	MSDS

準備

1. 駱駝蓬子原籽 100g，原籽煮完好過濾，請不要使用粉狀的，因為粉狀的煮成湯之後雜質較多，較難過濾，且粉狀的提煉出來的駱駝蓬鹼較少，我曾經把一批放置一年以上的駱駝蓬子粉做提煉，提煉出來的駱駝蓬鹼很少，我猜測是因為打成粉後，有效成份被氧化了，所以才會提煉出較少駱駝蓬鹼。
2. 賣場白醋/糯米醋/蒸餾醋：酸度至少要 4.5%，建議買蒸餾醋，最後產出會很乾淨，例如 Costco 就有賣的 Heinz 蒸餾白醋，五公升 198 元。以 100g 原籽來說，至少要準備 200ml 的醋。



3. 氫氧化鈉
4. 碳酸鈉(如果要將 HCl 再轉成 Freebase 的話)
5. 藥材袋：使用 #400 的不鏽鋼濾網，滷味袋也可以。或買下圖這種「上龍」牌的濾球，左邊的濾球孔徑約1mm，不太會漏蓬子，右邊的孔徑較大(1.5mm)，會漏些許蓬子。在倒入蓬子到濾球時，請一定要留點空間，不要倒到滿，因為蓬子在泡水加熱煮過後，會膨脹，還沒加熱泡水前就裝到滿，那到時候煮完膨脹後濾球會打不開。考慮膨脹的話，上龍的濾球一次最多大約可以放 180g 蓬子。





6. 氯化鈉：超市的台鹽「高級」精鹽或「高級」碘鹽，不要買「特級」的，特級的加了鉀等等，不必要的元素。
7. 細濾網：建議使用 #400 濾網與愛樂壓
8. 粗濾網：一般五金店可購得，用於清洗蓬子，孔隙約 0.8mm
9. 小布丁湯匙，淡米色，全聯就拿得到
10. 煎藥壺：以婦寶 3.5L 煎藥器為例，也可以用傳統鍋子與火爐，但煎藥壺不用顧火方便很多

製程

1. 事前準備

不用將蓬子冷凍或加醋，就實際實驗的數據，冷凍與加醋對提煉出來的駱駝蓬鹼量沒有顯著的影響。

a. 將 100g 蓬子放入粗濾網，用手搖晃撥弄，把籽粉跟土塵先篩出來
b. 用清水戳揉沖洗一下，把蓬子表面多餘的藥材粉與土塵洗掉，直到流下來的水較乾淨為止，把蓬子之外的雜質洗掉之後會比較好過濾，最後用水泡個六小時，並不時用筷子攪拌，泡完時再用水沖一次。
c. 只要在煮湯前把土塵等雜質都先洗掉，後面就會很好處理，結晶也會很漂亮，這階段是影響產出雜質多寡的關鍵
d. 在此也要說明一下用蓬子原籽來處理的好處，就是一開始方便過濾塵土，買蓬子粉的話，店家一定是拿原籽直接拿來打粉，塵土等雜質會一起打進去，

產出的雜質就會比較多。在此也建議賣家要賣粉狀蓬子的話，先過濾雜質後保存，有訂單再打粉出售

e. 接著將蓬子裝到藥材袋中

f. 將約 500ml 的水冷藏，這冰水之後要用來沖洗雜質用

2. 煮湯

a. 將煎藥壺加水到 3000ml，蓋上鍋蓋開電煮，大約五小時會跳開，水位大約到 500ml，將湯倒到新的容器，藥材袋留在鍋內

b. 重複 a. 三到五次，最後一次煮完後，把藥材袋拿出來

c. 把前幾次收集的蓬子湯，倒入容器內加熱減量，最後得到約 500~600ml 的蓬子湯

d. 做過將 100g 蓬子每次煮出來的湯做鹼化，看到底有多少 Freebase，數據大約如下：

1. 2000mg
2. 1000mg
3. 1000mg
4. 500mg
5. 500mg
6. 300mg

可以看出第五次之後湯就很淡了，剩下的駱駝蓬鹼不多，如果以 HCl 每次用量約 100mg 來估算，第六次提煉出來的 300mg 約只能用兩到三次，可以自行評估是否要再多煮一次。就查到的資料，駱駝蓬子含有 6% 的駱駝蓬鹼，但實際上煮湯只會煮出大約 5%，也就是 100g 駱駝蓬子可以提煉出約 5g Freebase。

e. 煮湯時，湯的蒸氣味道非常的重，這是無害的，但湯的蒸氣聞久了會暈暈的，會有種很淡的感覺，請留意通風或到室外煮湯。

f. 在第三或四次煮湯後，注意觀察湯的表面，在燈光斜斜照射下會有種淡淡的藍綠色(*1)，類似玉山銀行的配色，這是駱駝蓬鹼易於發螢光的特性，請參考後面章節「HCl 的檢驗」

g. 每次煮完湯不要特意去用工具壓榨藥材袋，如此會將細碎的籽粉壓出藥材袋，還有籽內含的脂肪也會被壓出來，這些都會造成過濾的障礙。

3. 冷藏過濾

準備一個新鍋子架好 #400，把湯倒過去過濾，重複三到四次，直到無明顯雜質。

如果在過濾前先將蓬子湯冷藏 12 小時，會加速雜質的沈澱，在把蓬子湯到出來的時候就可以發現，底層都是雜質較多的，控制一下倒湯的角度，不要把底層雜質

很多的湯也一起倒到新容器了。有做冷藏過濾的話，後面的產出也會很乾淨，建議這個步驟不要省略。



冷藏過後雜質會堆積在底部



倒出來時動作輕一點慢一點，不要把雜質一起倒出來

4. 鹼化(Basify)

將蓬子湯鹼化後就會產生游離的駱駝蓬鹼(Freebase)沈澱，這步驟最重要的就是確定前面步驟煮出來的駱駝蓬子湯與氫氧化鈉溶液都是熱的狀態，這兩者在熱的狀態下混合後得到的 Freebase 結晶顆粒會是最粗的，結晶越粗越有利用濾網去過濾留下 Freebase 結晶。

氫氧化鈉操作注意事項(務必詳讀)：

- 使用片鹼不要用粒鹼(粉狀的)，片鹼相對操作的安全性較高
- 不要讓身體直接接觸氫氧化鈉，有碰到就用衛生紙快速抹去，再用水沖。
- 在加熱氫氧化鈉溶液的過程或混合溶液後，氫氧化鈉蒸氣會不斷冒出，不要刻意去聞它。找個通風的地方操作。
- 不要將氫氧化鈉直接加入水中，這樣會激烈反應，請反過來，先將氫氧化鈉倒入容器當中，再加入室溫水，攪拌溶解後，再將整杯溶液加熱。
- 不要將氫氧化鈉(粒鹼)跟外觀類似的藥劑放在一起(例如鹽)，特別是在廚房操作製程的人，誤食氫氧化鈉是相當嚴重的。一定要把裝氫氧化鈉的瓶子做清楚的標示。
- 氫氧化鈉雖然不是食品安全的，但由於氫氧化鈉是極度溶於水的，很容易就可以溶於水被洗出來，所以只要在正確的操作之下，最後的產品可以是食品安全的。

a. 準備氫氧化鈉溶液：先準備水，水的量約是駱駝蓬子湯量的 1/4，氫氧化鈉的公克量約是水量(ml)除以 10，也就是最後駱駝蓬子湯有 600ml 的話，水量就是 150ml，氫氧化鈉公克數就是 150/10 = 15 克。這樣調配的氫氧化鈉溶液加入蓬子湯混合後 ph 一定會到達 12 以上。
b. 用布丁小湯匙挖氫氧化鈉(*1)，加一小匙到室溫水中，充分攪拌後，再加入下一匙(一次全部加入的話會產生劇烈的放熱反應，相當危險)，加入氫氧化鈉後，溶液會有點像舒跑的顏色，再攪拌一下，會變得比較透明，將氫氧化鈉溶液隔水加熱到將近沸騰。
c. 將駱駝蓬子湯與氧化鈉溶液同時加熱，兩杯都沸騰後，斷火，將兩杯都放個一分鐘降溫，接著將氧化鈉溶液慢慢倒入蓬子湯，倒太快會激烈反應，會產生很多沸騰泡泡，很可能會溢出容器外，混合後「絕對不要攪拌」，就緩緩倒進去就好，一攪拌最後的結晶會是接近粉狀的，不好過濾。
d. 溫度是影響結晶最大的因素，將兩杯都在溫度高時混合結晶會很漂亮，但要注意，不要讓混合後產生沸騰泡沫，這樣會難操作且危險，新手建議用較大的容器做混合，萬一冒泡較不容易溢出。一混合後會冒出鹼液蒸氣，避免去聞到蒸氣。
e. 溶液混合後一般來說會有以下狀況：
   1. 整杯變成咖啡牛奶色，有點混濁，這代表溶液中駱駝蓬鹼的相對濃度高，粉狀物(Freebase)不斷上下流竄，結晶(通常是羽毛狀的)慢慢出現。
   2. 溶液只有部份變成咖啡牛奶色，其它保持紅茶色，這代表鹼加的不夠多，再調配一杯氫氧化鈉溶液，繼續加入即可
   3. 整杯保持紅茶色沒什麼變化，駱駝蓬鹼的相對濃度低，通常提煉的第三批之後會這樣，但容易出現針狀結晶
   4. 整杯保持紅茶色，等降溫後也沒有結晶出現，會有這種狀況有兩種可能
      A. 湯跟鹼溶液兩杯還不夠熱就混合，把混合後的溶液整杯再拿去加熱到沸騰，再重新降溫其可。
      B. 蓬子湯中的駱駝蓬鹼真的不多了，可能是第六次之後的提煉。
f. 注意混合後，就靜靜等待 Freebase 沈澱，越是好奇去動容器，結晶就越不容易發展。
g. 混合後在室溫的下靜置即可，不要將結晶中的 Freebase 冰冷藏，實測這對結晶沒有幫助，Freebase 的結晶在室溫就可以發展很好了，冰過後會加速雜質的沈澱，後面在用水沖 Freebase 結晶時，就會發現很難把鹼水沖掉，這會造成過濾的困難(要用溫熱水沖)。



剛加入鹼後



降溫後 Freebase 開始沈澱，紅茶色的溶液是鹼水



結晶狀況良好的 Freebase 羽毛狀結晶

h. 在溶液降溫後，會發現結晶會慢慢的沉到容器底部，在結晶發展完全後，要是還有結晶浮在表面可以輕輕敲一敲，搖一下容器，結晶就會慢慢沉底了。讓結晶沉底的好處就是，可以在這階段撈雜質，這階段的雜質是浮在表面上那薄薄一層（如下圖左），這層雜質如果沒有過濾出來，那跟 Freebase 結晶混在一起，Freebase 的結晶顏色就會因為雜質比較多變得較暗棕色且比較黏。可以使用下圖右這種油切濾網（吃火鍋撈油用的）把表層的雜質都撈

光。





如果結晶較多離液面很近，那在撈雜質的時候，很可能會不小心把結晶一起撈出來，這時候只要慢慢加入水把液面提高，過一下子等結晶又重新沉到底部後，再來撈雜質就會很好撈了。

5. 取得 Full Spectrum 游離鹼沈澱

a. 先將細濾網(#400)架在方便排廢水的地方，用細濾網(#400)過濾 Freebase，用大量室溫水沖，如果發現鹼水一直流不下來的話，就煮一鍋溫水，慢慢沖

b. 等待 Freebase 中的鹼水溶液都被濾掉後，顏色會再淡一點，這麼做可以沖掉大部分的鹼性溶液與雜質。用水沖之後，觀察自濾網滴下來的水，如果是茶色的，就繼續沖，直到滴下來的水較乾淨透明為止，這階段有沖乾淨的話，產出的雜質也就相對少。



將鹼水沖乾淨後 Freebase 顏色會變得比較淡

c. 這個階段取得的是 Full Spectrum Freebase，將結晶自濾網中刮出來，放到新的容器。

d. 如果是要拿來做 Changa 捲菸或用於霧化吸食的，那將 Freebase 烘乾後可以使用了，如果是要產出口服的 HCl 那可以不用烘乾，直接接下面的步驟。



烘乾完成的 Full Spectrum Freebase

［特別注意］ 剩下的駱駝蓬子湯/鹼水由於還是高 pH 的鹼性溶液，可以當作清潔劑來使用，洗馬桶，或用大量廢水稀釋後再倒掉，請勿隨意倒棄，避免造成環境危害。也可以先留下來，等後面步驟過濾 HCl 時會產出鹽類廢水(低 pH)，一起中和後，再倒掉。

6. 駱駝蓬鹼鹽溶液

本步驟是將醋加入上一步驟得到的 Freebase，就會變回鹽的狀態。

a. 把收集好 Freebase 的容器，倒入白醋，白醋的量依照估計會有多少 Freebase 克數(乾重)來計算，每 1g Freebase 加 50 ml 白醋，以 100g 原籽煮三次來說，大約可以產出 4g 的 Freebase，也就是加 200ml 白醋，充分攪拌後把 Freebase 都溶解
b. 此時游離鹼又變回鹽類了， 溶液顏色是清澄的紅茶色，pH 大約 4.4。
c. 將溶液冰個兩小時，因為這階段的雜質在低溫會容易沈澱成形，有助於過濾。

7. 過濾

將上階段已經冰過的溶液，用細濾網過濾兩到三次，濾網沒有留下明顯雜質為止，得到更乾淨的「駱駝蓬鹼鹽溶液」。



過濾出來的雜質有點泥巴感，呈現褐色，巧克力漿感

8. 取得 Harmine & Harmaline HCl

這個步驟要將 Harmine 與 Harmaline 的鹽酸鹽型態(HCl)自駱駝蓬鹼鹽溶液中分離出來，利用的是駱駝蓬鹼鹽溶液中的 Harmine 和 Harmaline 與鹽的氯離子結合產生鹽酸鹽(HCl)結晶後沈澱。HCl 的結晶要發展得好，有兩個重要的因素，一是上一步驟得到的駱駝蓬鹼鹽的溶液量，溶液量越少，鹽類的濃度就會越高，二是溫度，駝蓬鹼鹽溶液跟鹽水溶液都是近沸騰的溫度下混合，等待慢慢降溫時結晶就會慢慢形成。結晶發展得越好，顆粒就會越粗，也就是越容易被濾網留下來。

a. 調配氯化鈉溶液：取駱駝蓬鹼鹽溶液量兩倍的水，再將所得水量每 100ml 加 30g 氯化鈉，調配飽和氯化鈉溶液，將氯化鈉溶液加熱，充分攪拌氯化鈉。如果水沸騰後，還有看到，就再加一點點水，讓氯化鈉結晶都溶解。
b. 將「駱駝蓬鹼鹽溶液」也加熱，沸騰後與氯化鈉溶液混合後，用攪拌棒快速攪拌兩、三圈即可。
c. 只要兩個溶液濃度跟溫度都夠高，一混合溶液就會立刻偏黃，出現金黃色結晶。
d. 將溶液靜置於室溫，等待溫度慢慢降低，溶液就會開始產生結晶，等待混合溶液降到室溫(約須 6-8 小時)，再放進冰箱冷藏四小時讓結晶完全(特別是夏天一定要冷藏過，不然溫度太高很難結晶)，最後溶液會變得較清澄，結晶清楚可見(*1)



HCl結晶完成時(羽毛狀)



如果你的溶液太濃，結晶會發展成這樣的黴狀
（算是好現象，只是過濾要較針狀結晶久）

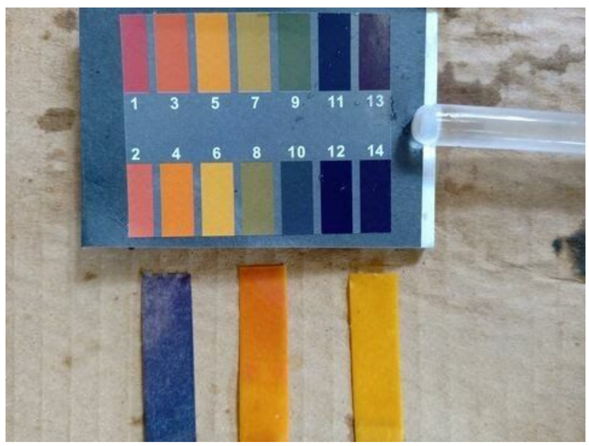
*1：如果因為任何操作錯誤而使 HCl 結晶不完全或產量很少，可以將整杯溶液加熱到沸騰，再加入氯化鈉溶液，靜置等溶液降到室溫再放冰箱冷藏四個小時可以重新結晶。

9. 過濾 HCl 結晶
   a. 使用細濾網將溶液過濾，留在濾網內的就是 HCl。(*1)
   b. 用大約 50ml 冰水沖濾網中的 HCl，如此可以沖掉殘留的氯化鈉(*2)，沖 HCl 的技巧是，從佈滿 HCl 區域的最外圍，繞一圈沖。接著再看哪邊顏色比較暗(雜質多)再多沖一點點。
   c. 將全部過濾後的溶液都收集起來，靜置兩到三小時，如不小心沖掉太多 HCl 的話，HCl 會繼續在沖下來的溶液中結晶，用目視就可以看得出來，如果有很多結晶的話，可以再用細濾網再過濾一次結晶。
   d. 挖一點點 HCl 舔舔看，如果苦苦的就是提煉 HCl 成功了(*3)
   e. 將結晶刮起來放到扁平容器中，烘乾後用美工刀片刮起 HCl，收集完成後即可食用
   f. 鹽類容易受潮，存放時請密封，可以放一小包乾燥劑進去更好
   g. 如果要取得 Harmine & Harmaline Freebase 就再進行下一步驟，Harmine & Harmaline Freebase 跟前面步驟取得的 Full Spectrum Freebase 運用於霧化吸食時感覺差異不大



烘乾完成的 HCl

*1：過濾 HCl 流下的溶液是低 pH 的酸性廢水（下圖中間試紙），可以與先前步驟過濾 Freebase 結晶的高 pH 鹼性廢水（左方試紙）混合後（右方試紙）再倒掉。



*2：由於 HCl 與氯化鈉都是易溶於水的，沖太多水，就容易把 HCl 溶解一起沖掉，建議用冰水稍微沖一下就好，而且水越冰越好，因為溫水極容易溶解 HCl。但請不用過度擔心氯化鈉殘留，氯化鈉就是食用鹽的主要成份，沒沖乾淨吃到也無礙的。

*3：這是相當粗糙的測試方式，HCl 提煉是算是很簡單的，有沒有結晶當下立判，出錯的機會不大，如果需要非常嚴謹的檢驗方式請搜尋「THIN LAYER CHROMATOGRAPHY」，或參考後面用紫外線光檢驗的方式。

10. HCl 轉換成 Freebase

a. 將 HCl 泡最少量的水後將溶液加熱（可以讓 HCl 都充分溶解即可）
b. 調配碳酸鈉飽和溶液並加熱，取 HCl 溶液兩倍容量的碳酸鈉飽和溶液
c. 將熱的 HCl 溶液慢慢倒入熱的飽和碳酸鈉溶液，不要攪拌，等待溶液慢慢降至室溫，再放到冷藏冰兩個小時。

d. 用細濾網過濾溶液，取得 Harmine & Harmaline Freebase，烘乾後即可使用



烘乾完成的Harmine & Harmaline Freebase，
因為雜質更少所以顏色較 Full Spectrum Freebase 淡

鹽類與 Freebase 轉換率

理論上 Harmine/Harmaline Freebase 轉換成 HCl 的比率約是 1.17，也就是 1g 的 H&H Freebase 可以轉換成 1.17g 的 HCl。如果在實際的操作上，得出的轉換率超出 1.17 很多，那就要考慮是不是雜質太多沒過濾掉，或是 HCl 帶有太多氯化鈉沒沖掉。

濃與淡

有數次煮湯的經驗後，要學會判斷蓬子湯的濃與淡，可以從顏色判斷，例如煮第五次的湯與第一次煮完的湯，觀察比較一下湯顏色的深淺。也可以從蓬子籽的味道來判斷，取一顆籽放到口中嚼一嚼，第一次煮完的籽跟第五次煮完的籽味道是完全不一樣的，第一次的籽是苦到不想嘗味道，第五次的籽就幾乎沒什麼苦味了。知道濃與淡之後就可以評估到底還要不要多煮一次。
通常只要煮完發現可以直接看透湯見鍋底的，代表湯已經很淡了，就不用再多煮一次了。

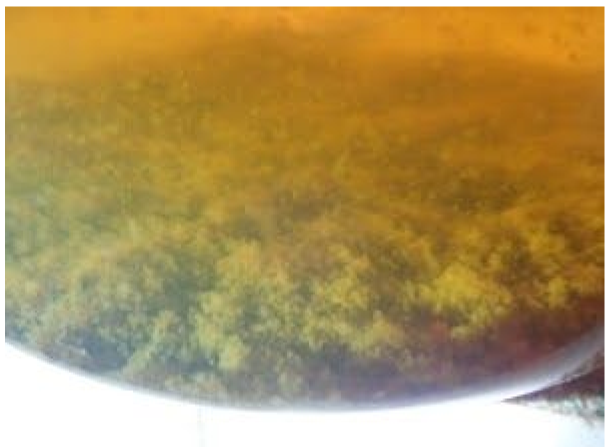
結晶狀況要好，溶液的濃度不能太濃也不能太淡，以鹽類溶液來說(加過醋的 Freebase)，在加入氯化鈉後開始結晶的階段，如果太濃那數小時後結晶一樣會形成，只是你在過濾後，用冰水沖結晶的時候就會發現，濾出來的溶液又有結晶(偏粉絨毛狀)開始形成，這就是溶液太濃會造成的現象。如果遇到了這狀況，那可以把濾出來的溶液靜置一到兩小時等待再次結晶完全，再過濾一次即可收集到那些剛形成的結晶。下圖左邊是太濃的溶液第一次濾出來的結晶，右圖是從濾出來的溶液再過濾出來的結晶，右圖的產量是多於左圖的。





細說雜質

整個駱駝蓬鹼的提煉過程，除了氫氧化鈉以外都是符合食品安全的藥劑(由於氫氧化鈉極溶於水，很好沖掉)，剛開始提煉的時候，可能會產出一陀的，沒結晶狀，這多半是雜質太多的關係，不要緊張，產出還是可以使用的，還是有效的，那些雜質多半是駱駝蓬子的籽粉，或一些種子採收過程中混入的土，這些雜質太多的話，HCl 結晶產出後，用冰水多沖幾下，過濾後，就會得到更乾淨的產出了。



這是雜質(看起來像雲)

整個製程會出現的雜質有以下特性：

1. 未鹼化前的蓬子湯(剛煮完)的雜質在低溫時(10度上下)會加速沈澱，沈澱後很容易就貼在容器底部，所以在把湯倒出來的時候，注意一點就可以把雜質移除。
2. 在鹼化的蓬子湯中的雜質，在低溫(大約是低於30度c)的時候會變得黏黏的，很容易就黏在濾網上，這時候就要用溫水去沖了，但同時也會流失一些結晶。通常一開始蓬子如果沒有泡水洗乾淨，就會產出黏黏的雜質。
3. 在將 Freebase 轉成鹽溶液(加醋)之後，在溶液冰過降到 10 度上下時，雜質會是像泥巴一般，很好過濾出來。(同樣的最前面洗蓬子的步驟很重要)

建議一開始先用 #400 濾網，最後一次用愛樂壓，只要可以把以上三階段的雜質都過濾出來，這樣最後的產出會很乾淨。

細說結晶

實驗過程中，要試著去判斷 Freebase 與 HCl 結晶到底長什麼樣子，學會判斷後，就有依循的標準去逼近要的結果，把要的(結晶)留下來，不要的(雜質)移除。慢慢的製程就會更精進。

結晶發展的過程中(蓬子湯加鹼後，鹽類湯加氯化鈉後)，溫度降得越慢，結晶就會越順利，常見的作法就是先找一個較大的鍋子，先裝滿水，把水燒開後放著，接著混合要發展結晶的溶液，接著把待結晶溶液容器整個放入大鍋水中，隔水保溫。如此溫度就會慢慢降，以台灣的溫度來說，冬天的時候，溶液溫度就會降很快，建議做隔水保溫，結晶會比較漂亮。

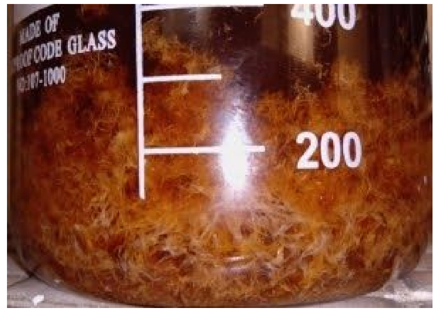
Freebase 的結晶在溫度還很高的時候就會開始形成，前一小時是結晶的關鍵，大約降到 50 度結晶就會趨緩 。HCl 結晶則是在溫度慢慢降到 50-60 度上下時，才會慢慢形成。

Freebase 結晶可以分成兩種，一種是羽毛狀的，另一種是針狀的，羽毛狀的是蓬子湯加入氫氧化鈉溶液後，整杯立刻變成咖啡牛奶色，溶液內出現類似奶粉不斷上下流竄，過一陣子溶液才慢慢變清澄，出現羽毛狀結晶。而針狀的通常是在一混合後，整杯就是清澄的，接著針狀結晶才慢慢出現。

Freebase 羽毛狀的形成



(剛混合後)



溶液清澄後



乾燥後是粉狀的

Freebase 針狀的形成



混合後就是清澄的



過濾後有點類似絨毛



乾燥後可以整片拿起來，結晶還是很清楚

HCl 的結晶在溶液中則是分成針狀，黴狀，羽毛，在乾燥之後如果你發現有明顯暗色的點，那是氯化鈉的結晶。



針狀的 HCl 乾燥後結晶依舊可見



暗色的點是沒沖掉的氯化鈉結晶



結晶良好的產出在乾燥後是可以整片撥起來的

結晶發展的過程中，特別是剛開始發展時，是相當脆弱的，越是好奇去動容器，結晶就越容易發展到一半就斷碎掉，例如本來結晶飄在水面上發展，一動就沉到底部。所以放著不管它，結晶才會漂亮。

以總共煮五次來說，在鹼化階段，前幾次的提煉，通常湯跟鹼混合後都會得到咖啡牛奶色的溶液，推測是因為前幾批的駱駝蓬鹼含量多，溶液中的駱駝蓬鹼濃度高，導致混合後直接出現粉末狀，然後才形成羽毛狀結晶，後面幾批相對的駱駝蓬鹼濃度沒那麼高，混合後會維持清澄的，也容易出現針狀的。

將產出維持在結晶狀的另一個好處就是會非常容易過濾，例如如果產出的 Freebase 全部都是粉狀的，那在過濾的時候，Freebase 會像泥巴一樣積在一起，溶液要比較久才會穿過濾網，但如果產出都是結晶的話，那過濾就相當容易了，因為結晶的顆粒較大，溶液很容易就流過去了。

與製藥廠的產出比較

本指南提供的製程是用最簡單的生活器具去得到高品質的產出，只要掌握了結晶與過濾雜質的技巧，最後的 HCl 產出可以像金箔或都是針狀，那表示純度已經相當高了。



製藥廠的產出

上面這張圖，左下是 Harmaline HCl，右下是 Harmaline FB，左上是 Harmine HCl，右上是 Harmine FB。



自製產出金箔後搗碎，可以跟上圖的左下比較一下

金箔的處理

要成功產出金箔，建議使用蒸餾醋(例如：HEINZ亨氏白醋)，用糯米醋跟蒸餾醋的差異在於，使用糯米醋將 Freebase 酸化後，溶液會偏暗綠色，但蒸餾醋酸化後是偏黑色，不過最終產出藥效是沒差的。



剛過濾出來還溼的時候，很像芒果泥



慢慢乾燥後會得比較亮，泛金色



大部分都乾燥後，抓著濾網對角向外拉扯，金箔就會自然脫離濾網，剛開始很濕的時候可以先調到 250w 烘，會冒白色蒸氣，等白色蒸氣慢慢不見後，再轉成 150w 慢慢烘



金箔脫離濾網後，可以用手直接撕成小塊，加速乾燥



完全乾燥後會金箔會變得很脆，可以放上不沾烤肉墊，
用冰淇淋挖杓將金箔扯碎



如果你要用乳缽搗碎要確定有完全乾燥，不然會變成泥巴狀



這是 5 克 Freebase 轉成 HCl，理論上應該只有 5 x 1.17 = 5.85 克，把過濾流失掉的 HCl 與酸化的 Freebase 所濾出的泥巴雜質也加入計算的話，估計其中約有 500mg 上下的氯化鈉，500/6070 = 8.2%，以一次使用 50mg HCl 來說，只會含有約 4mg 的氯化鈉(對藥效沒什麼影響)。

提高量產

以婦寶 3.5L 煎藥器為例，一次煮 200g，那第一批的產出就是煮 100g 的兩倍，實際得到的數據是 4.1g FS Freebase，差不多也是煮到第五次之後，蓬子剩下的駱駝蓬鹼含量就很低了。也就是說在現有的煮湯容器之下，可以塞多少就塞多少，只要水可以滿過藥材袋且水沸騰後，藥材袋可以浸在水下達一小時，當次的駱駝蓬鹼就差不多可以煮出來了，剩下煮的時間只是在將湯減量而已。

粉末的乾燥

- 使用風乾的方式，例如前面提到的「自製粉末烘乾機」，這個方法的缺點是，我們要的結晶在風乾後，很容易只有表面乾，只要表面一乾變硬，裡面就很難乾燥了，所以要不斷用刀片去劃井字加速內部烘乾。
- 另一種是用電磁爐，例如 HERAN 禾聯的不挑鍋電陶爐(13L1-HTF)，可以將溼的鹽類或 Freebase 放到平底烤盤上，再放到電磁爐上烘烤，注意溫度不能太高，以 13L1-HTF 來說，一開始先開最高溫(650度c/1350w)，等到高溫警示燈亮起後，再轉到80度c/150w，不管鹽類或 Freebase，在這個溫度烘乾都不會有問題的，且效率還不錯，剛過濾完，全溼的成品，通常 Freebase 一小時內，鹽類兩小時可以烘到完全乾。
  烘鹽類時，通常沒什麼問題，但烘 Freebase 時，要特別注意，DMT Freebase 的熔點較低，看到粉末慢慢變膏狀甚至變油，就是太高溫了。
  烘粉末時，要特別注意，粉末都會產生相當多的細小粉塵，特別是 Freebase 的粉末，相當的細微，在烘烤時，很容易就飄散在空氣中，不小心吸入時，是會很不舒服的，所以處理烘乾時一定要戴上口罩。

HCl 與 Freebase

- HCl 相對於 Freebase 較容易受潮

HCl 成份

提煉出來的 HCl，裡面含有 Harmine 與 Harmaline，比例約是 Harmine 63%，Harmaline 36%，作為 MAOi 時，Harmine 約須 200mg，Harmaline 約 100mg(也就是Harmaline的 MAOi 效果較好)，HCl 作為 MAOi 時，約須 150mg。

Harmine 與 Harmaline

這兩者的醫療價值相當的高，但是目前看不到任何長期的實驗報告。如果有相關的症狀，且目前服用的藥物效果不佳，或副作用太多時，可以考慮定期服用 Harmine 與 Harmaline HCl。

Harmine

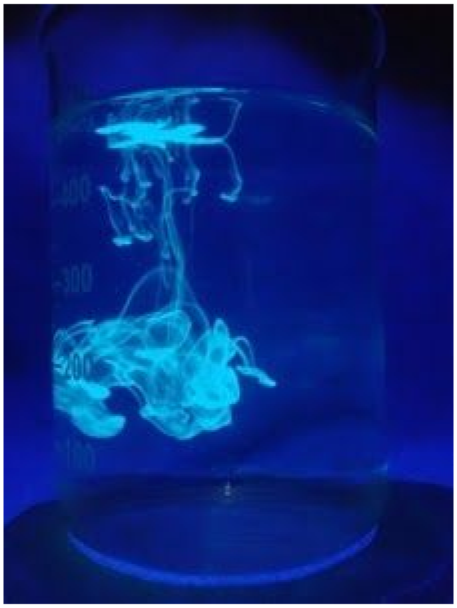
具有抗憂鬱*1、抗癌*2、治療糖尿病*3、促進造骨作用*4

Harmaline

抗阿茲海默症*5、帕金森氏症*6、助眠*7、降血壓*8、治療睡眠異常*9

*0 Harmine wiki，Harmaline wiki
*1 駱駝蓬子作為一種 MAOI 本身就有抗憂鬱的效果
*2 Harmine 具有殺死 HL60 與 K562 白血病細胞的作用。Harmine 具有抗腫瘤的功效，Harmine 在抗癌上的效果比 Harmaline 高上一百多倍。
*3 Harmine 有修復 beta 細胞的功能，可以用於治療糖尿病
*4 Harmine 具有促進造骨細胞分裂與抑制破骨細胞的作用
*5 Harmine 與 Harmaline 具有抑制乙醯膽鹼酯酶(acetylcholinesterase inhibitor)的作用，可使腦中的乙醯膽鹼含量增加，以補充阿茲海默症病人所缺乏的神經傳導物質。失智症的藥物治療。
Harmine 與其他 MAOi 對於乙醯膽鹼酯酶活性之影響。
*6 Harmaline 可以刺激多巴胺的釋放，適用於治療帕金森氏病
*7 Harmaline 可以促進褪黑激素的釋放，有助眠效果
*8 Harmaline 有血管舒張的作用，可以降血壓
*9 Harmaline 有抑制 histamine N-methyltransferase 的作用，可以用於治療失眠

HCl 的檢驗



Harmine 與 Harmaline 相當容易產生螢光，特別是 pH 越低時螢光越強(也就是鹽類比Freebase易於發螢光)。

這個特性可以用來檢驗駱駝蓬鹼 HCl，將 HCl 泡水溶解，再滴幾滴 HCl 溶液入清水中，在 uv 紫外線照射下即會呈現圖片中的效果。照片中所使用的 uv 光波長為 365nm，uv 燈光來源可以買驗鈔燈，或 uv 手電筒。

在提煉出或是買到了駱駝蓬鹼後，如果對品質有疑慮，可以使用這個簡易的方式來檢驗。

服用

HCl 適合口服，Freebase 適合霧化吸食。
HCl 相當適合用來助眠，睡眠品質不佳的人可以考慮使用，HCl 也相當適合靜坐，會比較容易進入狀況。

血清素症候群

服用 HCl 時，為避免血清素症候群的發生(有致命危險)，請遵守「飲食戒律」。

致幻

HCl 除了助眠、解憂鬱以外，在高劑量[大約是 250mg(口服)/100mg(舌下)]下會開始出現幻覺，但是相當輕微的幻覺，不會像 DMT 那麼強烈影響意識，也還不到讓人有進入狀態的感覺，是偏向閉眼視覺的，且看到的圖像是偏有概念性、具想像空間的，類

似漫畫不斷在翻頁的感覺，跟 DMT 的萬花筒差很多。如果是為了致幻而服用 HCl，可以試著每隔三天睡前服用（連續服用耐受建立後效果就不好了），從舌下 HCl 50mg 開始試起。

服用方式

以下三種服用方式，建議新手照著「口服（膠囊，泡水）->舌下」漸進使用，去感受 HCl 的藥效。

膠囊

可以將 HCl 裝進膠囊內，再配水服用，好處是完全不會苦，但是開始作用時間較泡水久一點（大約 20 分鐘，視個人消化狀況）。

泡水

將 HCl 泡溫水充分攪拌後服用，HCl 微苦，不習慣的人也可以配合日常飲用的茶品一起喝，泡水喝的效果來得較快（大約 10 分鐘內）。

舌下

將 HCl 置放於湯匙中，滴數滴水搗成泥狀，再用單隻筷子或用手指把 HCl 泥挖起來，將舌尖抵住上顎，再將 HCl 往舌下抹。盡量不要讓 HCl 溢出舌下，不然會有點苦味。舌下攝入的藥效較佳，通常五分鐘內就會有感覺。

長期服用

以每日固定服用來說，睡前膠囊口服 HCl 50mg 上下差不多是一個不會妨礙腸胃又好睡的劑量，可以從 50mg 開始試起，一旦隔天起床覺得身體有負擔，就把劑量向下調整。如果有失眠的困擾，可以每日使用的劑量約為 30mg。

HCl 與其它藥物交互影響

OTC (Over-The-Counter) 臨櫃藥物，也就是不用醫生開處方籤就可以購得的藥物。如果打算定期服用 HCl，平日又有自己的 OTC 非 OTC 藥物要服用，那建議可以將其它藥物與 HCl 服用的時間錯開，且 HCl 是較晚服用的。例如其它藥物在晚上 8 點服用，晚上十點再使用 HCl。

特別注意：如果打算長期服用，請讓自己每服藥一週停藥一週去觀察自己身體的變化，對症狀有幫助之下，再繼續服用。

從 2017 開始接觸 DMT 後，作者就經常在服用 HCl，在 2019 年開始實驗 OTC 藥物配合 HCl，發現 HCl 有種會讓身體處在容易吸收的狀態，吃的 OTC 不用多，搭配 HCl 就會有很不錯的效果。且 HCl 解憂鬱的效果優越，劑量也不用多睡前 30-50mg 就很好用了。

與日常飲食的交互影響

就已經服用近兩年 HCl 的經驗來說，發生幾次相關的身體異常狀況，「感覺」是跟 HCl 相關的，分別說明如下：

1. 晚餐吃了金針菇，睡前舌下 60mg HCl：導致痛風了兩個禮拜。
2. 晚餐吃了花生，睡前舌下 60mg HCl：連續兩天，精神異常的好，半夜醒過來後，就睡不著了。
3. 在存放有機溶劑的工廠工作了一天，睡前舌下 50mg HCl：連續一週精神狀況都很差。
4. 用 HCl 前刻意吃甜食，睡前心情不錯，但隔天情緒低落，驗證過數次，建議一定要戒糖。

建議有服用 HCl 的日子，在吃的東西上面，要稍微注意一下，特別是晚餐(睡前服用 HCl 的話)，駱駝蓬鹼會加強食物中特定元素的作用，不管好壞都有被放大的感覺，就如同 HCl 加強 DMT 的效果一樣，所以晚餐可以清淡就清淡，如果吃了大餐或調味重的東西，當晚就不要服用 HCl 了，如果有計劃固定服用 HCl 的話，一定要注意 HCl 跟日常飲食/個人醫療用藥之間的交互影響。

一旦察覺到 HCl 加強了一些不想要的作用後，請立刻停藥，正常作息，等待症狀完全消失後，再考慮繼續服用 HCl。並將察覺的交互作用紀錄下來作為日後參考。

調理身心

HCl 用作每日調理身心(助眠、解憂慮)時，建議服用方式如下。

時間	事項
17:00	晚餐早一點吃，輕食佳
	飯後喝些水，避免睡前喝太多水，以免有尿意影響睡眠
23:00	在平常的睡覺時間服用 HCl
07:00	起床後，不要急著做任何事，躺著賴床一下，去感覺自己的身體狀況，這一覺睡得如何？身體是不是有負擔的感覺？腸胃是否有感覺怪怪的？

	起床後做一下紀錄。 如果你睡得不錯，就把 HCl 劑量固定下來。 身體或腸胃有負擔的感覺，就把劑量一次降低 20mg(口服)/10mg(舌下) 試試。若還是睡得不夠好，就把劑量增加 20mg(口服)/10mg(舌下)。

一開始服用 HCl 時，可能會出現閉眼視覺，但通常只有一開始的前一兩天會出現，之後就不會有了。或是斷藥一陣子再次服用才會出現。

如果在躺平之前服用 HCl，請在有感覺的時候，就立刻去睡覺了，要是有感覺了但還是想做事，那對身體是會造成很大負擔的，用藥後繼續工作會很累，隔天起床身體會有種沒休息到的感覺。

在服用 HCl 之後的睡眠，有點像是一覺到天亮，劑量調整得好的話，會有種一睡著接著就天亮了的感覺，而且不會作夢，醒來後會精神飽滿。

連續服用 HCl 數日後，可能會有種很「滿」的感覺，當覺得很「滿」，手腳不時有刺激感或身體有負擔感覺的時候，就把每日服用的劑量，改成兩到三天服用一次。

HCl 劑量(mg/kg)

	口服(膠囊、泡水)	舌下	備註
助眠(弱)	1	0.5	
助眠(強)	2	1	久久一次，每日的話身體負擔很大

以上是以體重的倍率(mg/kg)計算，如 60 公斤的人用口服幫助助眠(弱)時，使用
60 (kg) x 1 (mg/kg) = 60mg

捲菸

駱駝蓬鹼捲菸

用途

抽駱駝蓬鹼捲菸可以用於加強加速相思湯/DMT的效果，單獨使用可以作平日放鬆身心用。請注意雖然抽捲菸也是一種攝入 MAOi，但因為代謝 DMT 的酶(MAO-A)是存在胃

中，抽捲菸無法代謝掉胃中的 MAO-A，如果是喝相思湯，還是需要先喝 HCl 或駱駝蓬子湯來處理 MAO-A，接下來喝的相思湯才會有作用。

已知有兩種駱駝蓬鹼 Freebase 可以製作捲菸。

Full Spectrum Freebase(FSFB)：駱駝蓬子湯酸鹼直出得到的 Freebase，這階段的 Freebase 含有全部的駱駝蓬鹼。
Harmine/Harmaline Freebase(HHFB)：混合駱駝蓬鹼鹽溶液與氯化鈉溶液反應後，產生了 Harmine 與 Harmaline HCl 結晶，再將 HCl 鹼化得到的 Freebase。

在應用上，HH 因為已經濾掉了駱駝鹼中的會讓人體不適的成份(Vasicine、Vasicinone)，適合用於燃燒抽(FB)與泡酸水(柳橙汁、醋)飲用(Freebase遇酸就會轉成鹽類HCl)，而 FS 因為含有全部的駱駝蓬鹼，直接泡酸水飲用的話，就像是直接喝駱駝蓬子湯一樣，多數人會有身體不適的反應，但用於捲菸或霧化抽時則感覺不到不適的反應。

製作

捲菸的製作上，可以直接購買空煙管與拉煙器(填煙器，俗稱刷卡機)來製作或買煙紙、濾嘴自己捲，不過自己捲的話真是很吃經驗的，手拙的人可以使用刷卡機，方便很多。

菸草

菸草使用乾燥的艾草葉(艾葉)，通常買到的艾葉通常都是連帶在枝條上的，先把艾葉從枝條上剝下，然後用煙草研磨器(圓形的盒子，大麻用品店買得到)把艾葉弄碎比較好填充。薄荷葉也是不錯的選擇，可以作為艾葉的輔助，加了薄荷葉抽起來會有涼涼的感覺，購買時盡量都買枝條少的比較好處理。艾葉抽起來有種溫溫順順的感覺，味道平實，像是在喝一杯用抽的老人茶。

製作捲菸

以刷卡機(又稱捲菸機)、艾葉、薄荷葉為例，使用三明治的填充方式，最下層填艾葉，中間放 Freebase，上層填艾葉或薄荷葉。使用輔助板將多餘的藥草時括除，盡量不要去壓藥草。

先將艾葉均勻放進刷卡機內，這一層打底可以薄一點。用輔助板輕輕壓幾下。
放進 Freebase 粉末(大約 200~250mg)，尾段(靠近濾嘴那端)留約一公分不要放 Freebase，因為一根煙通常無法抽到底(會燒到濾嘴)，最後再用輔助板壓一壓。

最後放進上層草葉，可以高出填充槽一些，用輔助板把滿出填充槽邊界的藥草刮進填充槽內，不然刷卡時會被卡住退卡。
將空煙管套上刷卡機，刷卡即可完成。
藥草填充的量，太少的話會抽太快且容易吸到太熱的煙，太多或填充太密的話就抽不動（塞住的感覺），適中的量是可以順順抽，煙頭的火又不會熄滅，填充適當的煙，用手指壓一壓會有彈性，類似曬過太陽的羽絨睡袋，有澎起來的感覺。不要刻意去壓藥草，大力壓過的藥草在填充後，是抽不動的，類似塞住的感覺，菸草的填充量可以說是這根煙品質的關鍵，多練習幾次就可以找到合適的量。

材料來源

刷卡機、空煙管、艾草葉（艾葉）、薄荷葉網拍都買得到，Freebase 可以參考前面製程提煉或上網買。

體驗

抽駱駝蓬鹼捲菸，整個人會相當的放鬆，Freebase 200mg 的量，在放鬆的程度上，大約是 HCl 400mg 上下那種感覺，身體的反應時間也很短，抽一口大概 10 秒內就有感了。抽完對於活的、有生命的事物感受會比較強一點，有點像是很淡的相思湯的感覺。記得抽的時候，要把煙吸進去肺，再憋個三秒左右，只吸到嘴巴內是不會有作用的。

抽菸又喝酒

在混藥表上，MAOi 配 Alcohol 是 unsafe 等級的，要多注意。就自己體驗，連續抽八根駱駝蓬鹼捲菸，一邊喝了五罐 600ml 金牌台啤，又茫又放鬆，但起床後有喝混酒那種宿醉頭痛的感覺（平常只喝五瓶台啤不會有的反應），且心臟有種虛弱的感覺，體能需要一整天的時間來恢復。

所以請注意不要將 MAOi 與酒一起使用。

關於抽煙

作者沒有抽煙經驗，開始抽艾草駱駝蓬鹼捲菸後，感覺是睡得比較好，胃口比較好，但運動時有種要熱身比較久的感覺，在體能上應該有一定的影響，建議常抽的人搭配規律的運動。
跟傳統香煙比較，艾草雖然沒有尼古丁，但焦油成份還是有的，請長抽的人要注意相關的危害。

DMT 捲菸

DMT 捲菸又稱 Changa，請先參考前面的「駱駝蓬鹼捲菸」，以一根煙 6.5cm 來說（不含濾嘴），前面 2.5cm 可以填駱駝蓬鹼 Freebase，接著再看要的效果放適量的 DMT Freebase，看你的 DMT Freebase 最後的型態為何，粉狀、晶體或膏狀都沒有關係，粉狀就直接倒進去填充槽內，膏狀就先用艾葉沾上 DMT Freebase 再放進去即可。

膏狀 DMT Freebase 的作法是，先將 DMT Fumarate 泡最少量的水，攪拌 DMT Fumarate 讓它完全變成溶液，接著調大約 50ml 的飽和碳酸鈉溶液，再將這兩杯溶液隔水加熱，等杯子外面的水開始沸騰後，把 DMT Fumarate 溶液，慢慢倒入飽和碳酸鈉溶液，接著你會看到整杯變成混濁白色，放著等待降溫，溫度慢慢降下來後，你可以觀察到溶液表面慢慢形成油膏狀，這油膏就是 DMT Freebase，接著把油膏取出即可。

取出油膏的方式，可以用挖冰淇淋的小木片慢慢刮，或買市面上吃火鍋用的油撈網杓（網格要比較密的，大約是 120 目上下，網格大約是 0.08mm），或用 #400 濾網切一小張用撈的。油膏收集完成後，用冰水沖一下，沖掉多餘的碳酸鈉後，再用吹風機開熱風把多餘水分吹乾即可使用。

體驗

想嘗試的人可以循序漸進來試驗捲菸的效果：

先以一口捲菸不憋氣，吸到肺之後立刻吐出
一口捲菸憋氣兩秒
一口捲菸憋氣四秒
慢慢就會實驗出適合自己的效果，抽完會不太想動，想一個人享受寧靜感，就多注意安全享受放鬆的時光。

口服與捲菸

以 DMT Fumarate 泡湯口服與 DMT Freebase 捲菸來說，捲菸的優點之一就是方便後補，因為捲菸效果來得快，抽一口就會知道藥效到哪邊，相對口服因為開始作用時間比較長，就比較不適合用作後補。 另外也可以嘗試先口服，等待藥效穩定後，再視情況使用捲菸做後補。

霧化器(The Machine)

如果沒有現成的霧化器，透過很簡單的材料就可以組裝出自己的霧化器。

材料

1. 玻璃瓶：使用嘉南羊奶的瓶子，全國牛奶羊奶，蠻牛 200 的瓶子也可以，鋁蓋直徑 28mm，容量 180ml，瓶身透明。活性成份霧化後，會充滿在玻璃瓶中，再進行吸食。
2. 400目不鏽鋼濾網：用於過濾粉末雜質，避免吸食時一併被吸入。取得方式：蝦皮或淘寶搜尋「不鏽鋼濾網 400目」，400 目不鏽鋼濾網還可以用於過濾 HCl 與 DMT，可以買一大片備用，淘寶上 1米(100cm)x1米含運大約是台幣 400 上下。
3. 不鏽鋼球刷：剪大約食指一指節大小即可



4. 立布：明管用，6分外牙x4分外牙，一頭寬一頭窄，寬的那端是內徑是 6 分(18mm)，窄的是 4 分(12mm)。取得方式：水電行，五金行，40元上下。



5. 菸斗濾網： 直徑 0.75吋，18mm，不鏽鋼或黃銅材質皆可。



6. 水栓接頭：一吋x6分，六角那端內徑約 24mm，圓的那端內徑約 23mm。取得方式：水電行，五金行，120元上下。



工具

1. 玻璃開孔鑽頭：又名「鑽石開孔器、水磨鑽頭」，孔徑(兩分半，5/16″，8mm)。用於將玻璃瓶鑽孔。
2. 帶柄砂輪：直徑 20mm 上下，用來打磨金屬。

事前處理

將立布、水栓接頭(先把內部的橡膠環拆下)、不鏽鋼球刷、不鏽鋼網、煙斗濾網用水洗一洗，用刷子刷一下，接著用烤肉夾著，在瓦斯爐上燒，特別是管子內部，一定要燒進去，這麼做的用意是將這些物品上多餘的殘留物質燒乾淨，我們霧化吸食時才不會吸到這些雜質。燒過後再泡水沖一沖即可。

組合方式

完成圖



最左邊是玻璃瓶，中間是水栓接頭，最右邊是立布。

組裝步驟

1. **將玻璃瓶平底鑽孔：將玻璃瓶倒過來，瓶底朝上，在瓶底倒入一些水(水磨鑽頭加水比較好鑽)，在瓶底鑽一個孔。**



2. **將玻璃瓶的鋁蓋鑽洞，剪一小塊 #400 濾網，塞入瓶蓋內緣，再鎖上玻璃瓶**





3. 將不鏽鋼球刷捏成一小團塞進去立布 4 分那端，塞得越緊越蜜越好，再將煙斗濾網放進去 6 分那端(可能需要剪一下邊緣)，貼到底部




4. 再剪一塊不鏽鋼網，這片網是要放在立布跟水栓接頭中間一起鎖進去的，水栓接頭六角那端要跟立布六分那端鎖在一起，因為還要放鋼網進去，所以先用砂輪把接合處的螺旋磨鈍一點，這樣把鋼網一起鎖進去的時候，才不會把鋼網刮破。




5. 把玻璃瓶帶鋁蓋旋轉塞進去水栓接頭圓的那端，應該會剛剛好，如果鬆鬆的話，可以購買大一點的 O-Ring 橡膠環去換掉本來的 (*1) ，就會比較緊了。
*1 找接近規格 P28(內徑 27.7mm，外徑 34.7mm，厚度 3.5mm)，油封行有賣。



6. 將玻璃瓶、水栓接頭、立布，全部接起來就完成了。

使用

先準備好噴射打火機，將要霧化的燃料放進去立布內，再組裝起來，用火烤立布下方的不鏽鋼球刷，等待立布內的燃料慢慢冒煙即可，燃料開始冒煙後，就可以慢慢調整火焰頭的距離，如果溫度太高的話，會燒出很刺激的煙，這需要一些時間練習，可以先放一點點燃料慢慢實驗。依照燃料的不同，有不同的烤火方式。

駱駝蓬鹼 Freebase

駱駝蓬鹼 Freebase 的熔點比較高，需要烤比較久，且火焰頭要比較靠近立布。

DMT Freebase

DMT-FB 的熔點低，火焰頭要離立布比較遠一點，一開始大約距離立布 2-3cm，再慢慢調整，放在煙斗濾網上的 Freebase 開始融化的時候，會向下滴進去不鏽鋼球刷這時候才會慢慢霧化。

服用相思湯

服用前幾天

服用前的準備事項較多，包含找好看護者(sitter)，遵守飲食戒律，環境的佈置整理等，都是要花時間好好準備的。

其他使用者的心得

在用藥前，請一定要讀過其他使用者的心得文，讓自己有個概念。
https://reddit.com/r/AsiaTripper/wiki/dmt 彙整了許多的使用者心得，請參考，其中「過量」的那幾篇心得一定要看。

看護者

看護者對於一個用藥新手而言，是非常重要的，千萬不要沒找好看護者又沒試過微量就貿然獨自飲用傳統相思湯，傳統相思湯是強力的致幻藥物，旅程開始後要怎麼走，不是人有辦法決定的，自信是會傷害人的。

選擇你的看護者(sitter)

第一就是他要是可以信賴的對象，要可以跟他共處不會感到陌生或不自在。
第二是要比自己強壯，要是用藥人在旅程中做出自殘或傷害他人的行為，看護者要有能力去制止用藥人。
第三，看護者最好也有相思湯或其他啟靈藥的用藥經驗，遇到突發狀況會比較有概念怎麼處理。

看護者的工作

如何當個好看護者呢？
首先就是幫忙確認用藥人要服用的藥物劑量，用藥人是新手的話，請要求一定要從微量劑量開始用起。
接著就是確保用藥人的安全且旅程不被干擾，例如用藥人可能會嘔吐，可以適時幫忙清理一下穢物避免用藥人噎到自己，又或用藥人有無法控制傷害自己或自殘的動作，請立刻上前協助。不過用藥人如果肢體開始呈現扭曲的狀態，這是很正常的，在藥效作用下，肢體的扭曲會舒緩一些藥效帶來的刺激感，在用藥人不會扭傷自己的狀態下，可以放任他動作。用藥人如果有任何不正常的生理狀況，如休克、呼吸異常，請立即尋求專業醫療的協助，千萬不要因為害怕施用迷幻藥被發現就不尋求外界協助(*1)。

看護者在看守用藥人時，請與用藥人保持一定距離，因為距離太近就容易干擾用藥人的旅程，請維持一個可以看清楚用藥人狀況的距離，用藥人發生什麼意外，可以即時上前幫忙即可。看護者也不要三不五時就問，「你現在如何？還好嗎？」之類的關心用語，因為這些關心是很容易打斷旅程的。

藥效作用時，請不要主動去引導用藥人的旅程，靈性舒醒後旅程自然就會開始了，任何介入都會干擾的旅程的進行。

用藥人旅程中，要是開始慌亂、焦慮，可以適時的言語關懷，例如「不要怕現在很安全，等下就回去了」，試著安撫用藥人。

在旅程結束後，在取得用藥人的同意後，看護者可以協助用藥人回想旅程的過程並作記錄，旅程的內容對於用藥人是相當有意義的，可以盡快記下來，不然相當容易遺忘。

*1 醫師的保密義務

善與惡

歷史上有許多人藉由啟靈藥去迷惑信眾，最終犯下許多惡行，例如麻原彰晃與Charles Milles Manson，就是例子。

奧姆真理教 - 麻原彰晃

奧姆真理教一開始是個結合瑜伽、西藏密宗和基督教的宗教團體，教主麻原彰晃讓教徒使用啟靈藥 LSD(*1) 後，迷惑其心智加以控制，最終犯下日本知名的「地鐵沙林毒氣事件」。
*1 奧姆真理教稱 LSD 為 initiation（日文原文為イニシエーション，「啟發」之意）

Charles Milles Manson(查爾斯·曼森)

在嬉皮浪潮的推動之下，曼森於 1960 年代崛起，曼森也是利用啟靈藥 LSD 來迷惑夥伴，最後曼森所建立的曼森家族犯下了數起殺人案。

以上這兩個例子都是濫用啟靈藥的後果，人在服用過啟靈藥後，是會相當信任身邊的人的，特別是給你藥，教你要怎麼用的人，但要是給你藥的人，或者你本身就是個心術不正的人，用過啟靈藥後，很有可能就會像上面兩個例子一樣。又在啟靈之後，要是被灌輸不正當的思想，那是相當可怕的一件事，因此請一定要知道，**不是所有啟靈過後的人都是好人**，知道如何利用啟靈藥為惡的人，是惡上加惡。啟靈過後的人，特別是有經歷

過「自我消融」(Ego death)的人，有很大的可能是不怕「死」的，一個人要是不怕死且有心為惡，那他是可以犯下許多滔天大罪的，相當可怕。

薩滿(Shaman)/老師

到底相思湯的旅程需不需要老師來帶領？在服用相思湯後，靈性舒醒後旅程自然就會開始進行，完全不需要人帶領，一個有老師帶領的旅程，多多少少都會融入老師個人的想法，可能是宗教、人生觀之類的，這些引導對用藥人好壞是不明的，因為老師本身的修練程度不明，特別是以帶領旅程來營利的老師，如果帶著特定目的去引導旅程就容易使得旅程變調，請參考「服用相思湯/死藤水/DMT意外事件」章節，南美就發生有心術不正的薩滿帶領死藤水旅程，最後發生意外的。所以除非相當認同該老師的理念與想法，對於老師平日的為人也有一定程度的了解，不然請不要貿然參加有老師帶領的旅程。

一個相思湯的旅程，在環境上就是越空越好，老師在帶人的時候，大多是一整群一起帶，其他人的動作也是會帶來干擾的。

用藥之後會有的啟發，其實「早就存在我們腦中了」，只是平時不在啟靈的狀態下，才不會突然得到啟發，啟靈藥只是一把鑰匙在狀態中去把啟發取出來讓人懂而已，因此在進行旅程時請找看護者(sitter)就好，確保用藥後的人身安全，讓靈性不受任何干擾自由進行旅程。靈性舒醒後，「你」就是自己的老師，讓自己去帶領自己。

飲食戒律

藥物

如果有在服用以下這些藥品，不得服用駱駝蓬鹼與飲用相思湯（有致命危險），請透過身心的調理，至少戒藥兩週後再來考慮喝湯。

- 抗憂鬱與焦慮症藥物（SSRI，MAOi），百憂解，等等
- 抗高血壓藥品
- 食慾抑制藥，減肥藥
- 鎮咳藥物 (Dextromethorphan/DXM)
- 血管擴張藥，降血壓藥
- 抗精神病藥物，重鎮定劑
- 巴比妥類藥物 ，安眠藥
- 肉豆蔻 (Nutmeg)
- 大麻、MDMA、LSD
- 5-Meo-DMT，5-MeO-DIPT，搖頭丸，K他命，等等
- 氣喘藥物，支氣管炎藥物，或其他呼吸疾病用藥
- 中樞神經抑制劑：安非他命，嗎啡，海洛因，等等

- 鴉片類藥物：海洛因，嗎啡，古柯鹼，美沙酮，等等

食物

- 不得食用含酪胺食物(Tyramine)：啤酒、紅酒、乳酪、優格、起司、味增湯、香腸、燻肉、培根等。(請參考駱駝蓬鹼 RIMA 的說明)
- 不得食用發酵的食物：醬油、照燒醬、酒等。
- 不得食用醃製的食物：果乾、醬瓜、香腸等。
- 不得食用過熟的水果
- 建議前幾天都吃素，清淡為主（忌油膩、辛辣、咖啡等）
- 用藥前/後兩天不要吃高普林的食物(菇類等等)，在駱駝蓬鹼的作用下，很容易造成痛風
- 飲用前一天晚餐可以吃少一點，早一點吃，別吃宵夜

推薦的飲食是，白米飯配點青菜，自助餐簡單點幾樣就可以了。

狀態中建議物品

鏡子：如果不時覺得會擔心害怕，可以放個小鏡子在周圍，覺得不太穩的時候，就看看鏡子中的自己。可以確認一下自己的存在。

環境佈置

最佳的喝湯場合是會讓人有安全感，沒有閒人、噪音干擾的環境。在室外喝又比室內喝佳，因為室外通常空氣與日照條件都比較好，室外也有較多有生命力的動植物，旅程中，有接觸動植物的話，將會感受到活生生的生命力。
無論室內室外，基本的大原則如下：

- 有殺傷力的工具都要先收好，剪刀、小刀、鐵鎚、菜刀、棍棒等等。
- 不要靠近馬路，減少干擾
- 避免在高處用湯，例如高樓陽台之類的，降低意外墜落的可能性
- 避免在河川、湖泊、游泳池附近用藥，避免溺水
- 照明相當重要，由於暗色系相當容易引起恐懼的反應，照明一定要充足
- 無噪音干擾(旅程中還是聽得到外界聲音)
- 如果環境有異味，可以使用安定心情的薰香

以室外(大自然)與室內分別做說明佈置要點。

室外

沒有閒雜人等的大自然，空氣流通有微風，陽光充足，找棵大樹，在樹下鋪上野餐墊與床墊，如果有蚊蟲的話，記得將蚊帳搭上，附近有乾淨水源與廁所最好。在室外的好處就是嘔吐後比較好清。

室內

請將環境好好打掃，將環境整理到越空越好，不相關的器具就先收好，或用布蓋起來。燈光要充足，室內塗裝以亮色系為佳。室內要先準備好嘔吐桶與抹布，也可以在地上先鋪好塑膠布或報紙。

用音樂帶領旅程

喝相思湯時配合冥想的音樂會有挺不錯的效果，思緒會比較集中，不會亂飄。
挑音樂的方法，先到 youtube 搜尋關鍵字：「yoga music」，「meditation music」，都會搜尋到很多，然後挑聽得順耳，節奏規律穩定，沒有人的話語聲，且長度至少有三個小時以上的。

接著平常做事的時候就把這首歌開著當背景音樂，讓自己習慣它，可以聽一整天都不會煩，甚至可以聽著安然入睡，那就可以把影片下載下來或轉成 mp3，下次喝湯的時候就當作引導音樂，然後最好播放軟體可以設定單曲重複播放，以免人還在旅途中，下一首播放的音樂卻是什麼奇怪的流行歌曲之類的。

如果有訂閱 spotify 可以搜尋「Soul Freshness」或「Peaceful Meditation」，這些歌單內的歌都選得不錯。

分享我的啟靈歌

Female Energy：[Music For Healing Female Energy: Meditation Music]

較輕快，愉快曲風，每 15 分鐘一個循環。有進入半劑量的旅程的話，會每 15 分鐘聽到特定節奏回來一次，很神奇的。
這是很萬用的曲子，如果那陣子心情較沉悶，也可以用這首，轉變一下心境，外出探險也不錯用，這首在 Spotify 也找得到。

3148：[Relaxing Yoga Music, Positive Energy Music, Relaxing Music, Slow Music, ☯3148]

較飄渺，適合思考生與死，搭配這首，去接受死亡是必然的，是生命的一部分，一旦可以在生前全然接受自己的死亡，真的走過去的時候才會順利。這首等準備好的時候再聽，還沒準備好，會掉入有點死寂的悲傷。

Indian Background Flute：[Indian Background Flute Music: Instrumental Meditation Music | Yoga Music | Spa Music for Relaxation]

使用了印度笛、古箏等，很有異國情調，適合思考遠古、時代演進等，逛博物館時，可以配合這首。

服用前幾天檢查列表

- 檢查自己的病史，有心臟病、高血壓等相關症狀者，請多加注意，先把自己身體調理好再來喝，將會得到更好的感受
- 女性請檢查自己是否懷孕了，孕婦請勿飲用相思湯/駱駝蓬鹼
- 評估自己的身體健康與心理狀況都夠穩定（有少數致死案例）
- 養成固定時間靜坐的習慣（早、晚餐前是好時間）
- 平常如果有任何煩惱或壓力，平時就要好好思考如何處理，這些壓力沒處理好，讓相思湯來處理的話，威力是非常強的，切記！
- 服用前一天的晚餐早點吃，例如 17:00，份量比平常少一半，吃到不餓就好，不要到飽的程度
- 事先找好 sitter （看護者），請可以信任且沒要一起喝的朋友當天照顧一下自己

服用當天

飲用規劃時程

請事先規劃你的用藥的當日行程，將整天一切的外務都排開。如果你沒有排開會發生什麼事？最常見的就是，一大早喝湯，可是當天晚上要赴約，那在早上的旅程中，因為旅程中會喪失對時間的感知能力，有極大的可能會一直擔心無法趕上約會了，對方會不會主動找自己，到時候還沒醒，對方找上門怎麼辦，等等。這些不確定性**絕對會**搞砸旅程的。所以**一定要空下一整天**的時間來喝湯。

最佳的煮湯時間是前幾天就先煮好，先冰起來。如果是服用當天煮的話，除非已經煮很多次了，不然有極大的可能，會手忙腳亂，錯過最佳的飲用時間，慌亂之下喝湯只會得

到很糟的體驗。所以樹皮湯/膠囊/DMT 請都事先準備好。當天就是事情越少越好，盡量放空才會順利。

建議時程

一大早空腹服用效果最好，飲用的最晚時間建議是平常睡覺時間的前十個小時，再晚的話，雖然相思湯一樣會有作用，但效果較差，且當天會很難入睡，睡得不好。

時間	事項	註解
0600	起床	一大早起床是代謝最好的時候，喝湯藥效會最好
	空腹	別吃早餐，可以喝水
	準備相思湯	將已經煮好的湯加熱，用樹皮粉膠囊者請煮點薑湯搭配。
	整理環境	讓環境越空越好
	做瑜伽、伸展	把筋都拉開
	洗澡	
0700	服用 HCl	放空靜坐半小時
0730	心情準備好後開始喝	
1100	回來了	先喝大量的水，走路可能會不太穩，頭暈的話喝點薑湯
	午餐	輕食即可，沒食慾的話還是要吃點東西
1700	晚餐	輕食，沒斷食習慣者建議要吃，否則睡覺前會很餓難睡
2200	盡量早點睡	

斷食

相思湯的作用下會妨礙消化系統作用，在飽食的狀態下喝湯，喝原湯沒過濾單寧的，會把肚子內的東西吐光，有過濾單寧的湯或 DMT-F 可能會好一點，但就算沒吐出來，也會妨礙消化，吃下的東西會很久才消化，且你可能會脹氣、打嗝，妨礙旅程進行，因此斷食是喝湯當下最好的選擇。建議至少禁食 12 小時，例如：前一天晚餐早點吃，隔天早上再來喝湯。

如果你是使用霧化 DMT Freebase，那對於腸胃的影響會小一點，但建議至少也是用餐（輕食）三小時之後再抽 Freebase。

拉筋

旅程開始後，因為感官變敏感，一些平常沒感覺肌肉深處的酸痛都會很明顯，請先把筋肉都拉開，不然到時候你會覺得全身不自在。

整理儀容

- 旅程開始後，感官會比較敏銳，身上一些平常已經習慣的感覺，進入旅程會被放大顯得突兀，所以把身上的首飾、手錶都拿掉，長頭髮的人可以把頭髮綁好，頭髮碰觸到皮膚是會很刺激的。
- 剪指甲，避免抓傷自己
- 好好洗個澡放鬆身體，換套舒服、寬鬆、乾淨的衣物

輔助物品

有些輔助物品請事先準備好，真的進入旅程後，是根本沒什麼力氣去準備這些東西的。

- 禦寒衣物：DMT 開始作用時，血管會收縮，會感覺比較冷一點，可以先穿好大衣，準備毛帽，襪子，帽T（推薦），外套禦寒。
- 水：旅程中，如果身體還可以活動的話，通常會覺得很渴，可以先準備好溫水。
- 嘔吐桶：嘔吐的反應都來得很快，絕對是沒時間也沒力氣跑到廁所的。

服用當天檢查項目

- 整理環境
- 拉筋
- 整理儀容
- 準備輔助物品
- 手機、電腦關機（任何會不預期發出聲響的東西）
- 把門關好或上鎖，避免外人突然闖入

服用當下

本步驟適用於口服的樹皮湯、樹皮粉膠囊或提煉過後的 DMT-Fumarate，（CBD+DMT 不適用）。
喝湯的話因為味道不佳，所以不要讓湯留在喉嚨太久，直接喝下肚，喝下後如果覺得味道很重，可以接著飲用一些水或薑湯，讓水沖淡口中的苦味。

1. 靜坐調整呼吸

2. 把藥擺在面前，複習「旅程中」會發生的事，強力心理建設自己，告訴自己時間到就會醒了，不用怕，讓自己有心理準備
3. 問自己為什麼要喝湯，要的是什麼？
4. 放空放空再放空，心情平靜才繼續。
5. 先用 MAOi，等待 MAOi 的作用信號，建議至少等 30 分，一直等不到就等一小時
6. 喝一半相思湯，再等 30 分(此時應該會有點什麼要來了的感覺，開始想睡，請放鬆迎接它)
7. 如果身心狀態都覺得沒問題，把剩下的相思湯喝光，否則就此打住，讓前面湯的藥效慢慢作用

特別注意：如果喝完湯但都一直都沒有作用，樹皮湯至少要等三小時，樹皮粉膠囊等四小時，再外出活動。在沒確認藥效過後就出門活動是很危險的。想像開車開到一半，突然要進入狀態了，很容易就發生意外了。

MAOi 的作用信號

口服 DMT 要有作用，一定要服用 MAOi(駱駝蓬鹼/HCl/SRS)，依照每個人的消化狀況不一，最好是等待 MAOi 開始作用的信號出現後，再喝相思湯，如果一直等不到 MAOi 的作用信號，那就請你至少等一小時再喝相思湯，成功率會比較高。

氣溫/體溫對於 MAOi 開始作用的時間也會影響，如果夏天 30 分鐘就可以感覺到 MAOi 有作用，到了冬天可能需要 50 分鐘。

MAOi 開始作用時，會產生有以下明顯的身體信號。
- 身體會有種刺激感，手心、腳掌特別明顯，會有點溫熱甚至開始流手汗
- 想睡，打哈欠，伸懶腰

一定要服用 MAOi 後，MAOi 先有作用，接著口服 DMT 才會有作用。如果口服 DMT /樹皮湯無效時，可以試著延後喝樹皮湯的時間，例如服用 MAOi 後 30 分後喝樹皮湯，但無效時，就試著將喝樹皮湯的時間延後到 60 到 80 分。

「暖身」

所謂的暖身是指在用藥前將身體的新陳代謝提高，讓用藥後，人體可以順利吸收藥物。以一大早用藥來說，建議的暖身步驟如下：
1. 最佳的起床時間是天剛亮的時候
2. 起床後用薑粉泡一杯薑湯，用量大約是一匙布丁匙薑粉配 200ml 水。

3. 將 HCl 配薑湯喝下。
4. 開始做大約 15 分鐘的早操，拉筋。
5. 對自己的肌肉做按摩，用筆或筷子按壓覺得最刺激/痛覺的點。按壓約 15 分鐘。
6. 在拉筋與按壓穴位時，感受 HCl 藥效是否上來了。在感受到 HCl 藥效後(通常在30到60分鐘內)，服用樹皮粉膠囊/樹皮湯。

暖身的時候要注意真的要讓身體暖活起來，特別是冬天天氣冷的日子，如果身體沒有暖活起來，在用藥之後，藥效會相當的差，常常手腳冰冷的人請在身體確實暖好後再進行用藥。

體內淨化

相思湯的淨化作用分成數個階段，最常見的是嘔吐與腹瀉，請不用恐懼淨化作用，事後會感覺身體很乾淨，相當的輕盈。放鬆吐出來、拉出來，把穢物排出來後，就是旅程開始的時候。

過量

如果不小心飲用過量的相思湯，很有可能會進入「意識深淵」的狀態，在這狀態中，旅程會不斷被打斷重新開始，同樣的想法會不斷重複數小時，此時請不要恐懼，有意識時盡量做深呼吸，不斷告訴自己等下就回去了。
旅程結束身體完全回來後，可能不會有任何的啟發，甚至充滿了負面想法，心情很遭，此時不要沮喪，請好好調養身心，接下來一週不要使用任何的藥物，因為兩天內藥效可能還會回來一次(flashback)，通常在運動過後，或靜坐完會出現，或半夜睡到一半回來，不過這第二次是比較輕度的，等到第二次結束後，狀態才會恢復正常。
飲用過量是相當糟的經驗，請一定要很注意自己喝的劑量，由輕到重，循序漸進。

要是在飲用的當下就知道自己過量了，例如看錯劑量，想降低效果的話，可以立即喝大量牛奶催吐，吐過後，一定要到空氣流通的開放空間待著，非常不建議在廁所繼續停留，因為廁所是個狹隘空間，藥效作用時，空間的扭曲感會相當重，會覺得很不舒服，感到虛弱，且要是在廁所發生了意外也無法即時向外求援。如果還有行動能力的話，可以到戶外寬廣的場所，公園或操場都不錯，然後保持身體的活動(例如散步)，慢慢等待藥效過去。

但要是進入旅程後發現太深了，這時候要催吐是已經來不及了，建議就放下吧，接受自己對自己的安排。

避免過量最好的方式就是要了解自己服用的劑量，不管是樹皮粉或 DMT 鹽類，了解自己所服用的劑量是最基本的，也因此絕對不要去買提煉好的 DMT，因為製程不明，容易發生意外，樹皮膠囊/湯的效果已經非常好了，真的有需要 DMT-F/FB 就自己提煉。如果要買樹皮粉的話，就要問清楚是否取自老樹。

用藥前一定要了解各種藥物型態的不同劑量，指南建議的用量是多少？網路上心得文中的用量又是多少？請都調查清楚，再依照自己當下的狀態決定要用多少量。

請不要有「過量的壞旅會得到相當多的啟發，要從壞旅中去學習」，有這種想法是會傷害到人的，有些賣藥的 Dealer(D) 甚至會推廣這種用藥方式，原因在於適合每個人的劑量是相當難抓的，D 為了要讓自己賣的藥有「效果」，常常建議的量都是過量的，過量的藥當然對於每個人都會是「有效」的，而且常常是太有效了，以 DMT-F 來說，一般 100mg 以上狀態好的人就會過量了，今天 D 為了要讓自己的藥效果好，是很有可能會給你過量的藥的。的確過量的旅程也會得到啟發，但相對的也會經歷一段難受的身心折磨，與其如此，不如慢慢實驗適合自己身心狀態的劑量，找到有啟發性，又不會過量的配方，這才是最佳的用藥方針。

一起喝與分開喝

可以將 MAOi 與相思湯混合一起喝，這樣可以省下分開喝的麻煩，不過效力會稍微低一點，作為每日的第一劑，一起喝的話樹皮湯大約是少 3 克上下的感覺，DMT-F 水大約是少 30mg 上下。

分開喝的話，先喝的 MAOi，會先把體內代謝 DMT 的酶(MAO-A)先代謝掉，接著喝相思湯時就可以完整的吸收 DMT。但一起喝的話 MAOi 還沒那麼快可以處理掉體內的 MAO-A 酶，也就是一起喝進去的 DMT 有一部分會被 MAO-A 代謝掉，所以一起喝效力會較弱。

特別注意：如果是一日數劑且 MAOi + 相思湯一起服用的狀況下，喝第二劑時體內的 MAO-A 酶可能已經被第一劑的 MAOi 代謝得差不多了，如果第二劑的樹皮湯/DMT-F 還使用跟第一劑一樣的劑量，第二劑的感受有很大的可能會超出預期。所以一日數劑的狀況下，第二劑開始劑量請降為第一劑的 ½ ，才會是跟上一劑感受差不多的劑量。體內 MAO-A 酶的水平會影響 DMT 的藥效，一起喝的話，一定要去想現在體內的 MAO-A 酶到底被 MAOi 代謝完全了沒(一般而言可以估算 MAOi 藥效約 5 小時)。

以半劑量來說，一起喝的話，第一劑如果 DMT-F 為 80mg(例如 100ml 湯)，第二劑請用 40mg 就好(喝 50ml 湯)。

通常每劑 MAOi 可以持續五小時，如果要連續服用的話，在第一劑 MAOi 過後五小時之內，服用第二劑 DMT 時就可以不用再服用 MAOi 了，因為前一劑 MAOi 的作用還在。

一日數劑微量

如果你一日內打算服用多次微量相思湯，請記得每次至少間隔三小時或等當前藥效完全消退，就算今天用了第一劑沒作用，也要等三小時後再用下一劑，原因是依照每個人的消化狀況不一，以為沒作用的第一劑可能只是晚點發揮藥效，要是此時又立刻補了第二劑，那兩劑一起作用的效果可能就會進入傳統旅程了，一旦在沒預期的狀況進入旅程喪失意識與行動能力是相當危險的。

微量相思湯雖然一天可以使用多次，但建議每日累積劑量不要超過傳統旅程等量劑量（大約是 4 劑微量），當天的第一劑退的時間比較快，接下來的幾劑藥效會越來越長。

為了特定節目而喝

例如今天要去逛博物館，聽音樂會，同時想感受微量相思湯的效果（注意是「微量」，傳統劑量不能這樣用），建議將當天的第二劑用在該節目上，例如：今天下午兩點要去逛博物館，那大約早上 9 點就可以開始第一劑，先有劑量上的心理準備，吃完午飯休息一下大約下午一點半，再開始用第二劑。

藥效時間與反應

下表是用藥後，大致會有的反應。

過了多久（分鐘）	狀態
T+0	服用相思湯
T+30	有點想睡，慢慢出現張眼/閉眼幻覺
T+60	用藥後一小時通常是藥效最強的時候，可能伴隨嘔吐、腹瀉、頭暈等反應
T+120	緩退，微微頭暈
T+180	緩退，但身體機能還未恢復
T+240	身體機能慢慢恢復

新陳代謝

人體一日的新陳代謝週期大致如下。

時間	代謝狀況
早上 6 點 - 9 點	最旺盛(++++++)
早上 9 點 - 12 點	依舊活躍(+++++)
中午 12 點 - 下午 3 點	平緩(++)
下午 3 點 - 下午 5 點	旺盛(+++++)
下午 5 點 - 晚上 7 點	活躍(++++)
晚上 7 點 - 晚上 11 點	平緩(++)
晚上 11 點到隔日	低谷(+)

通常代謝活躍時，就是人感到肚子餓的時候，這時間用藥，藥效會來得快去得快(DMT、MAOi 都是)。反之在代謝趨緩時用藥，藥效就來得慢去得也慢。

服用方式比較

	藥效開始作用時間	藥效持續時間	效果	MAOi(SRS)
煮湯	中(約 20~40 分)	2到4小時	看劑量	需要
膠囊	慢(約 40~100 分)	4小時上下	看劑量	需要
霧化吸食	數十秒	15分鐘上下	強	不需要

旅程中

一定要讓自己了解，無論「好」或「壞」，都要坦然的去接納，去接受旅程要給的啟發，因此不用恐懼任何事，把自我放下，去感受。

- 作用時間約為四小時
- 會暈暈的，想睡可以側睡，避免嘔吐物噎到自己
- 可能會拉肚子或嘔吐
- 閉上眼睛時可能會看到一些彩色幾何圖形不斷重複
- 會有在做醒不過來的夢的感覺

- 可能會聽到一些聲音
- 可能會喪失時間感，意識感覺過了好久，實際時間才幾分鐘
- 想吐想拉不要忍，想像身體正在排毒，相思湯在把身體清空，之後旅程才會順利，請放鬆排出來，排完就是旅程開始的時候
- 意識會被整個旅程主導，別怕，放心讓它帶領
- 有意識時，想些正面、快樂的事，這些感受都會被放大，反之....
- 不要想用意志力脫離旅程，因為旅程一直把你拉回去，想要搶主導權就會一直反覆，相當累，就放輕鬆即可！
- 可能會做出無法主導的動作，說話、呼喊、哭泣、大笑都有可能，為了避免做出危險行為，所以一定要先找好看護者在附近照顧

放下

在傳統旅程中，千萬不要有「我要用意志力去『征服』這旅程」的想法，人不會贏的，致幻藥物的威力就是讓人服用後，是會真的產生幻覺進而啟靈的，想要去征服旅程是不可能的。藥物要你放下，不放下就只會讓旅程中的人很痛苦。相思湯的傳統旅程更是直接將自我切斷（自我喪失），讓人放不下也要放下的，所以自我太高（*）的人在旅程中都是會被「修理」得很慘的。無法放下自我的人，用藥前一定要想清楚，可以先調整好心態再來用藥，啟靈是一輩子的事，不急著一時。

* 覺得自己各方面都很行，人人眼中的人生勝利組，有社經地位且自豪者。

啟發

人的大腦平時大腦的各個迴路是處在極少相互作用的，但在服用啟靈藥之後一些平常不會連接的迴路，在啟靈的狀態下都會進行交互的作用，在這狀態下，人會一直有新的想法出現，這時候接收到的想法稱之為啟發。

好旅、壞旅的迷思

前面的文章中，我常會使用「好旅」、「壞旅」這些詞，對於一個心態還沒調整過來的新手，壞旅帶來的衝擊可能會很大，所以請做好萬全的準備去避免它，使用「好」與「壞」，是相對好了解的方式，但必須要說明的是：其實感覺的好與壞也是身體慾望的作祟，只要去想「好」與「壞」這件事，就掉入慾望的陷阱了，因為我們人打從生來就是要「好」不要「壞」，只是萬物有好就會有壞，這是自然的原則，人不可能只經歷「好」而沒有「壞」，相思湯要教我們什麼？就是順其自然，一件事情的發生，只是因為時間到了，它需要發生，就發生，所以它存在，放下自我，不要去批判，無論好與壞，都必須要全心的去觀察、去臣服、去接納它，再從這體驗去反芻出它要教我們什麼，帶著所覺悟的「道」，信仰它，在人生的道路上實踐它。

內在與外在

一個傳統旅程分為人醒著的「外在」漫遊旅程與人的身體已經負荷不了，進入類似作夢的「內在」旅程。

內在

人只要斷了線，就會進入一種類似睡著作夢的狀態，可以把作夢想成是致幻的一種形式。在不用藥的狀況下，其實我們幾乎每天都會作夢，只是大部分的人醒來後都記不得了（*），內在旅程進行的時候，人的感官會慢慢離線，所以聽覺味覺嗅覺都會慢慢消失，到最後會只剩下大腦內的記憶，再繼續深入就會連大腦內的記憶也消失了。大腦內的記憶庫也離線後，可以稱之為「完全啟靈」，也就是進入了「無我」的狀態，所謂的「我」其實就是大腦內的記憶所塑造出來的，那些透過感官所經歷的一切，最後構成記憶形成了「你」。這時候的人體器官其實都是還在運作的，只是進入休眠的狀態，器官也不知道意識已經離線了，就類似進入深度靜坐的狀態。所以不要擔心「你」不見了，因為藥效過了，就會回來了。作夢與內在旅程的差異就在於作夢還可以維持身體感官的機能，例如大腦內的記憶，所以你作夢的時候，多半會出現跟自身生活經驗相關的劇情，但內在旅程因為沒有記憶庫可以存取，其中的「劇情」不見得跟每個人的生活經驗相關，很有可能是完全天馬行空的。

* 搜尋「清醒夢」

外在旅程（漫遊）

一旦把身體的機能調整到頂端，完全掌握體內新陳代謝的狀態，藥的副作用降到最低後，很有機會可以把相思湯的藥效完全發揮，且在旅程中人是完全醒著的，人醒著致幻會進入一種以為自己「瘋」了的狀態，任何的想法，最怪異最奇幻的都有可能出現，但漫遊同時也是最危險的，因為跟內在旅程比，內在旅程開始後，身體是無法動的，醒過來後就只是像做了一場夢一般。但漫遊就相當不一樣了，因為人是醒著的，可以到處走動，所以一不注意可能就會發生意外了，在漫遊的狀態中，人是分不清現實與虛幻的，眼睛所及會變得異常鮮艷，物體的細節會超乎異常，甚至開始出現正常狀態下不可能會出現的粒子開始沿著物體的邊緣游移，更進一步，真實的世界會開始 minecraft 化，變得有點「方格」，就像活生生的掉入夢幻一般。請當心不要走火入魔了，因為人在這狀態，是根本無從知道自己「真實」的狀態為何的，因此如果沒有找看護者 (sitter) 來看護者看著，讓 sitter 去提醒你真實還是存在的，很有可能就會崩潰，進入最深的恐懼之中，所以 sitter 是相當的重要的，千萬不要忽視了。

在漫遊的狀態之中，就會知道為何想像力是無限的，宇宙就在你腦中，人的想像定義了一切，如果意念夠強，可以在狀態中建構出想像中的虛幻，就像是醒著作夢一般。漫遊的狀態下，如果身體還有力氣可以正常動作的話，創作力可以說是會大爆發。

如果在狀態中創作的話，一定要練習讓自己漫遊時，身體的副作用最小，這樣才會順利。

漫遊時，大腦的思考速度是相當快的，所以漫遊結束後，整個人會比較累一點，請好好照顧自己，吃些健康新鮮無過度人工加工的東西，好好休息。

最後提醒，漫遊需要很高的心理素質，活生生看著熟悉的世界開始變化時，人不會多好過的。那就像是要人接受，清醒著失去身體並摧毀認知一般，所以請一定要慢慢來。

旅程結束後

- 至少休息一小時，確認行動能力已經完全恢復，切勿立刻開車、操作危險機械
- 有任何身體不適，請立即就醫
- 履行「飲食戒律」至少三天
- 因為整天沒吃什麼東西，還不時嘔吐，所以可能會有點虛弱，接下來要好好調理身體，天氣冷的話，注意保暖，薑湯必備
- 旅程結束後約三到四小時，整個人會「異常」的友善，充滿愛，做什麼事都很有趣，是相當棒的時刻！請把這段時間保留給對自己有意義的人事物。

服用後身體調養

由於湯中的單寧成份會導致便秘，飲用後幾天除了保持運動更要記得每日至少補充 1200c.c 的飲水與一些有利排便的食物，例如：香蕉、蘋果、蜂蜜、韭菜、火龍果、奇異果。

飲用後幾天，全身的肌肉可能會感覺到比較無力一點，請不要立刻做勞力密集的活動，例如連續多日的登山健行，請透過日常持續的運動慢慢恢復體力，維持正常作息，一周後就會慢慢改善。

要如何觀察自己身體是否從上一次的相思湯恢復了沒呢？可以試試看用藥前每隔幾小時紀錄一下自己的心跳數，因為用藥後的心跳數會大幅提高，定時量一下心跳就可以知道身體回來了沒（可以連血壓一起量更好），千萬不要在身體還沒恢復就又再次服用相思湯，請讓身體休息一下，有很多身心的變化要時間的沈澱才察覺得出來，切記。

服用後心理調養

請務必多接觸人群，參加社交活動，在藥物影響下，許多心理的異常狀況是我們自己無法察覺的，請透過社交活動來檢驗自己的心理狀態，如果發現自己有任何異常，請一定要儘早求援。

固定用藥後長期的影響

對於常用藥的人來說(例如一週一次)，可能會造成一些長期的身心變化。

生理

感官

感官會比以往敏感一些，HPPD 可能會出現，會比較知道身體的新陳代謝、作息、消化等等是什麼，吃什麼對自己好，什麼食物又對自己不好，都會真實的感覺到身體的這些狀態。

性慾

性慾可能會降低，性行為的次數也會減少，整個人會變得比較「中性」，作者無法評斷這是好是壞，但這變化是相當緩慢的，如果這是不想要的作用之一，那就請早停藥吧。但這變化看來是必然的，因為性慾降低了，人就會往「中性」發展。

心理

會變得對萬事淡然處之，還是會看新聞、上 PTT 看八卦，但在看這些的時候，心態是變成在看芸芸眾生在做什麼一般，就像是自己不在其中一樣。

發表心得

如果讀者參考本指南服用了相思湯，歡迎上 AsiaTripper 發文分享使用經驗，由於論壇上有不斷有在整理相思湯的使用報告，如果有心得文想要發表的話，建議使用以下格式，心得中最重要的參考資料就是，身心狀態，用藥的型態(樹皮湯/DMT/膠囊?)，劑量與藥效作用時間，與旅程的深淺，這些資訊越詳細，就越有參考價值。如果讀者是有其他藥物經驗的用藥者，也可以將 DMT 與其他藥物的差異，做個比較。
(請完整拷貝下方格式，不要刪除空白行最後出來的格式才會是對的，文字間如果需要換行需要完整的一行空白行，可以將文章先貼到 https://redditpreview.com/ 看看格式是否正確，再進行張貼)。

基本資料

年齡：xx 歲

體重：xx 公斤（用於劑量參考）

身心狀況：吃素，每日晨跑，有靜坐習慣，壓力很大常加班

環境：家中，播放冥想音樂，燈光昏暗，戶外，陽明山大草原

劑量與烹煮方式

例如：按照相思湯指南中的煮法，HCl 100mg，樹皮粉 10 克，最後煮成 HCl 水 100ml，樹皮湯 100ml。

時間軸

0700：喝了全部的 HCl 湯

0730：喝了一半的樹皮湯

0810：開始有感覺了

1100：回來了

時間軸（條列式）

* 閉上眼看到很多彩色幾何圖形

* 感官變得很敏銳，看東西變很立體

心得

....

心得文探討

用藥啟靈如何自我保護

這邊要談的是針對法律相關的議題。

首先詳讀這個販賣相思樹皮無罪的判例，以下是一些重點：

- 法務部調查局認定若未將相思樹皮（葉）經溶劑萃取提煉毒品，仍應視為天然物質，而非毒品，本件被告所販賣的相思樹皮粉末，若未經提煉尚無法萃取出第二級毒品二甲基色胺，自不得認定被告之行為係販賣毒品等語
- 二甲基色胺（DMT）之萃取過程須「將200g樹皮加入50ml白醋，加入蓋過表面的水放進冰箱、解凍共二次，取出後用壓力鍋煮沸，從樹皮中萃取出DMT」（見警聲扣卷第12頁之記載），惟觀諸附表一至四之扣押物品中僅有碾碎、研磨之機器設備，並沒有冷凍、煮沸之相關器具

我們可以從這個判例了解：

1. 只要不把相思樹皮提煉出 DMT，就是天然物質，而非管制藥品。
2. 萃取 DMT 的程序需用到有機溶劑，與煮沸的器具。以有機溶劑來說，檸檬烯是跟二甲苯都是本來生活中就運用廣泛的溶劑，而煮沸的器具更是日常用品。

綜合以上的最佳解就是相思樹皮粉膠囊，真的要煮相思湯，就是要證明煮沸後的相思湯不是要用做提煉的，可能是植物染的染劑，或是中藥湯(佐以樹皮藥效說明，參考相思樹皮的非啟靈用途章節)，要提煉的話就是證明該有機溶劑的日常用途，檸檬烯有居家清潔用途，二甲苯是油漆溶劑可以用來擦油漆或稀釋油漆，去漬油/丙酮可以拿來清除膠帶/貼紙殘膠，真的提煉完成後就把混過溶劑的樹皮湯丟棄，少量低調的做。

DMT 的檢驗不在常見的N合一的試劑當中，也就是說除非對方有完全的把握才會針對 DMT 做特別的檢驗，不然不可能一開始就被驗出來，再來就是參考下方的「DMT 用藥檢驗」章節，讓自己有個概念到底真的要針對 DMT 被驗的話，有沒有機會被驗出來，倘若真的被驗出來後，也可以往中藥湯的途徑發展。

居家防身用品

小罐油漆

因為家裡裝修，買了一小罐油漆來補漆，順便買了一罐二甲苯這是用來擦濺出來的油漆與泡油漆刷的

不要的白色棉T或布

煮了一鍋樹皮湯，然後把布泡入湯中放置過夜，隔天拿出來晾乾，這是初次嘗試植物染

手工皂

因為在家裡自己製作手工皂(*)所以使用了氫氧化鈉，也試過將檸檬烯滴入手工皂液中，製成的手工皂帶有天然柑橘香味。

* 手工皂配方：
1. 以最終產出 1 公斤(1000克)椰子油手工皂，需要原料：椰子油 700 克(非ml)，氫氧化鈉 133 克，水 266 克，豆腐塑膠空盒數個
2. 將水與氫氧化鈉緩緩混合 (參考前方DMT/駱駝蓬鹼提煉製程中的氫氧化鈉操作注意事項)
3. 先將椰子油倒入容器內加熱到 45 度
4. 準備好要加入的精油，例如 0.5ml 的檸檬烯 (約 10 滴)
5. 將氫氧化鈉溶液緩緩倒入椰子油形，並不時攪拌，慢慢形成皂液
6. 持續攪拌直到濃稠，畫過皂液時，痕跡至少會停留一秒才消失(查:手工皂+trace)
7. 加入精油攪拌
8. 將皂液倒入豆腐盒
9. 將豆腐盒放入紙箱中，上面蓋棉被等待 12 小時後開箱
10. 將豆腐盒放到通風的地方，置放兩週後，即可使用

自我狀態的察覺

在啟靈之後，在不用藥的日子裡，可以透過每週的評估來察覺自我的狀態，https://zh.surveymonkey.com/r/JFYGDY5

請讓自己的身心狀態可以維持在 55% 以上，定期每週做評估，特別是獨居者，一定要很清楚自己的身心狀態。

DMT 用藥檢驗

1. 尿液：用過藥後 24 小時內都可以被檢驗出來
2. 唾液：一到五天內可以被檢驗出來，但無法判斷是使用鼻吸、霧化吸食或口服
3. 頭髮：90 天內都可以被檢驗出來
4. 血液：由於 DMT 的代謝相當的快，血液通常檢驗不出有用藥

* 原始來源

疑難雜症

對現實感到陌生

現實的世界中，是身體凌駕於意識的世界，剛喝完湯的人，旅程中的經歷都是意識主宰的世界，在剛回到現實時，雖然身體機能回來了，但身體還無法完全掌控意識，此時就會發生對於現實的存疑。在這邊說的是，回來之後眼睛所及都是真的，親人朋友的愛與關心也是真的，多運動，多休息，多參與社交活動，慢慢意識就會與身體連接起來了，不用擔心。

相思湯/DMT會不會讓人有生理癮？

就作者的使用經驗跟看過的報告，都顯示相思湯不會讓人有生理癮的，如果生理癮與愉悅感受有直接連結的話，有短暫愉悅感也是在微量階段，頂多半劑量，真的進入「跨界狀態」後身心都不會太愉悅的，常常感覺到是糾結、折磨的，真的要愉悅大概就是藥效剛退的那幾小時，且是心情平靜的愉悅與喜樂（不是興奮/爽那種），把事情想通的豁然開朗。

頭暈

如果你的體質是容易頭暈的，在旅程中暈是會相當不舒服的，造成頭暈的因素大致有以下幾個。

駱駝蓬子

不要使用駱駝蓬子原籽的膠囊或煮湯，原籽中完整的生物鹼會讓人容易暈眩，請用提煉過後的 HCl。

DMT

DMT 開始作用時本身就會讓人暈眩，但每個人對暈眩的反應不一。

環境

不要在侷限空間用藥，例如廁所，狹小空間很容易造成空間的扭曲感，加重暈眩的感覺，OEV/CEV 出現時會相當不舒服，在廁所吐完/拉完後，多抽幾張衛生紙就趕快離開。

視覺殘留幻象 HPPD(Hallucinogen persisting perception disorder)

HPPD 是用過啟靈藥的人，在藥效過後，視覺的幻象依舊存在的現象。首先 HPPD 產生時，它會在物體線條的周圍產生波動感，有種透明小粒子在快速飄動的感覺，就類似 DMT 藥效開始時的張眼幻覺，但是非常輕微的，但又不會輕微到你有辦法完全忽視它。最常可以觀察到方式是看書，或電腦，白底黑字的畫面中，字體的邊緣會微微飄動。要刻意產生 HPPD 的方式是，你只要盯著物體一直看，過不久物體就會開始飄動，在看密集重複樣式的圖案時會非常明顯。

HPPD 最常在體能或精神狀況不佳的時候產生，以我自己來說，睡不好的話隔天一起床就會感覺到，吃壞肚子或少運動時也會感覺到。但在身心狀況正常的時候，我是感覺不到有 HPPD 影響的。

在生活上的影響，個人覺得影響不大，反倒是 HPPD 開始產生時，就會提醒自己該運動了，今天要早點睡了，等等。

用藥後的 HPPD 效果應該會是數個月以上或終身的，所以建議，如果讀者生活或工作上會是需要專注用到眼力的話，請在用藥前把 HPPD 會帶來的影響考慮進去，因為 HPPD 是有可能會影響到之後需要用到眼力的工作(特別是在身心狀況不佳時)。

作者自己 HPPD 的體驗是，2017-2018 很嚴重，雖說不到會影響日常生活的程度，但只要專注看任何物體，小粒子波動感就會立刻出現，但久了就習慣了。2019 後就減輕很多，有時候要刻意看物體，檢查波動感到底還在不在。2020 開始抽 CBD 電子煙油與舌下 CBD 滴劑，四個月後 HPPD 症狀就消失了。

如何獨自一人進行用藥啟靈

雖然作者在前面一直提醒一定要找好 sitter，但其實找 sitter 這件事也是會對旅程產生影響的，因為 sitter 存在，就會影響到思緒，因此建議等了解摸索清楚自己適合怎樣的劑量後，可以考慮獨自一人用，這樣會對旅程產生的影響減少，以下分享真的找不到 sitter 或已經清楚自己適合怎樣的劑量之後，如何一個人用藥同時確保安全，但也要再次提醒讀者，獨自用藥是相當有為危險性的，一定要對藥物跟自身的狀況都很清楚再來進行，且一定也要從微量試起，切勿貿然使用傳統劑量。

環境

在環境方面，前面分享的都請做到，危險器材收好，佈置呈現最「空」。

被動式 sitter

讓不知情的人無形中成為你的 sitter。

- 例如請了可以信賴的清潔人員，事先交付房間的鑰匙給他，接著估計回來的時間，請他在那時間來進行打掃，要是真的出意外，對方應該剛好可以幫上忙。
- 找個有警衛會到處巡的場所，森林公園、美術館、博物館，找個夠空曠的草地，保持一個附近有人但看不清楚在做什麼的距離，在地上鋪著野餐布就可以進行了。

以上兩個例子可以再發揮創意，重點是身上不要帶多餘的藥，就帶當次要用的藥就好，真的劑量無效就算了，避免進入狀態被發現異常，有藥在身上會延伸麻煩，那些平時牢記的檢調教戰守則在狀態中是完全記不清楚的。

旅程經驗談

如何在追求靈性的路上不會搞砸日常生活

這邊要談的是在追求靈性體驗的路上不會失去本來的生活，甚至讓身體可以支配的生活有所提昇，有以下幾點可以參考。

保持規律的生活步調

讓規律的社會化活動去支配生活步調，這邊說的就是一般人在做的事，正常上下班，上學上課，人在一開始透過用藥察覺到靈性的存在後，絕對會相當的熱衷，這是沒有進入狀態的人完全無法體會的事，但要是過度著迷，就會對原本的生活造成影響，而這些規律的社會化活動可以把人拉回來，學生或上班族還是去上班上課，要是讀者是無業的狀態，可以報名技藝或語文的課程，職訓局職前訓練拿張證照之類的都可以，挑選這些課程最好就是排很滿的那種，一週可以上到五天，早上到下午。

剛開始用藥接觸靈性體驗的時候，如果沒有這些規律的活動來調節生活步調，藥物的來源又充足時，就可能會掉進去很久一段時間，等回神過來，本來的生活可能已經完全變調的，要回到本來的生活是要付出相當大代價才回得去的。

用了藥之後如果出現那種，要離職、休學去追求自我的想法時，真的想清楚後也要讓接下來的生活型態是規律的，例如去職訓局訓練拿張證照，之後對職涯也是有幫助，或休學去打工先賺些學費都無可厚非，就是不要讓規律的生活有中斷。

人要是回不去，又沒得選，就可能會做出很多不可思議的事，規律的社會化生活這點「非常」的重要，請一定要牢記在心中。

低調

現今社群媒體的發展，養成時下到哪邊都要打個卡，貼張圖賺讚來滿足自己，讀者要是在追求靈性體驗的路上也這麼做，絕對會對本來的生活造成影響，因為這件事在我們這個時代是違法的，所以就是低調為上策，最好是可以將這社群帳號都關閉一陣子，人在初次接觸靈性體驗時，絕對會想跟全世界分享，但這是對日常生活有害的，除非可以作到完全匿名，那又另當別論，不然請等「出關」後生活步調恢復正常再來使用吧。再來對於生活圈中的朋友也不要提，不要想說要幫人啟靈去分享自己的用藥經歷，每個人都有適合啟靈的時間點，你覺得你在幫他，可能反倒是在不適合的時間點「幫」了他，這不見得真的對他好，所以就順其自然即可。

不要營利

在未合法化之前，不要進行營利的行為，觀察過許多專門用藥幫人進行靈性體驗的人，也就是俗稱的老師、薩滿，使用啟靈藥進行群體的儀式時，將自己的宗教觀帶入儀式之中，（待續）

把身體照顧好

其實在啟靈前靈性就已經在引導我們接觸靈性了，只是我們在社會化的重重洗禮之下，感官早已駑鈍，完全感覺不到要做什麼，不要做什麼，（待續）

做人生大決定

服用傳統相思湯啟靈後，最大的變化就是人生觀的改變，人在人生觀改變之後來檢視自己過往的人生，可能會發現自己曾經「做錯」了許多事情，也因此建議，如果讀者正要面對人生路口的抉擇，那可以先喝完湯再做決定，我們人總是因為慾望而無法坦誠的面對自己，喝完湯去做思考，可以降低做錯決定日後懊悔的機會。

視覺效果與旅程心得

請把眼睛閉上，用手指揉揉眼球數秒，有些人會開始看到一些幾何圖形浮現，這其實是「光幻視 - Phosphene」的作用，這光幻視就很類似 DMT 的閉眼幻覺 (CEV/closed eye visual)，但 DMT 的 CEV 非常的生動，色彩更多變化更繽紛。在 youtube 上搜尋「DMT vision」，可以了解一開始的張眼與閉眼視覺效果是如何，視覺方面就看過的報告，大家都差不多，但視覺效果過後，靈性甦醒要開始進行旅程時，每個人的體驗就都不一樣了，基本上是建議，大家的心得文就參考，知道多少劑量，大約會有怎樣深度的旅程，有個概念就好，絕對不要去「記」別人的旅程到底

發生了什麼事，因為那是別人的旅程，如果「記」下來了，旅程中可能就會去想為什麼沒有經歷什麼什麼，旅程就會被影響，每個人的旅程都是獨一無二的，所以不要去記別人的旅程，而是去了解報告中用藥人的身心狀態、用了多少劑量、深度到哪邊即可。

違禁品?

DMT 在台灣是列管的第二級管制藥品，也就是俗稱的「毒品」，一個沒用過藥的人在看待用藥這件事，常常是帶著社會上的刻板印象的，有許多負面的既定想法存在，這些根深蒂固的想法是會影響用藥時的心境的。要破除這種想法，最好的辦法就是去了解「這是底是怎麼一回事」，多查些資料，例如：

- 現今的管制藥品政策是在什麼樣的時代背景下被制訂出來的？
- 什麼是「管制藥品除罪化」？有哪些國家已經是「管制藥品除罪化」了？
- 常見的管制藥品有哪些？作用是什麼？

在此沒有任何連結去引導讀者，請自己搜尋，「一切的資訊都是公開的，唯有想思考的人會善用它」。

在心理層面破除用藥的盲點後，建立「我了解我在做什麼，我對我自己的行為負責」的想法，有如此的心理建設後再來用藥。

進行傳統旅程的心法

傳統旅程是會喪失自我的旅程，也就是旅程中關於身體的一切會慢慢被捨棄，包含人的慾望、對世界的認知、記憶、與身體的支配能力，捨棄身體之後，靈性（自由意識）會來主導整個旅程。因此在旅程中不要想去用操控身體，不要想去動身體，不要想任何事情，不要去思考，就完全的放鬆就好，只要做一件事，就是去感覺，「放下自我去感覺」就是這旅程唯一要做的事。不要去想旅程的好壞，不要想去批判，完全放下自我是無法做批判的，進入旅程後人就是只是一股能量，這旅程就像是坐車看著窗外的風景一般，會開始感覺到自己的靈性復甦了，靈性不分好壞，靈性進行的旅程也沒有好壞，狀態中只要去想「好與壞」就是批判了。事前請做好萬全的準備，但在用藥當下，「放空」就好。

那違背這項原則會發生什麼事？一旦旅程中開始「想」用身體了，不管是動作或思考，身體就會開始要去影響自由意識，在這狀況下，旅程有可能就會被中斷，開始斷斷續續亂飄，靈性也就無法自由去探索了。

探索外在注意事項

半劑量相思湯藥效開始作用後，整個人情緒會被放大，如果平時讀者就是個友善的人，用過藥後，會變得更加的友善，但這是有相對風險的，原因就在於，外出探索時，如果

剛好遇到熟識的人，可能會不經意就透露用過了藥，現在狀態很好，甚至問人要不要試試看，或是因為整個人跟平時比較不一樣而被懷疑用藥，這些都會在旅程結束後，增加人際關係上面的複雜度，所以請注意下面的事項。

不與人接觸，真的遇到人時

- 熟人：熟人很容易就察覺出異常，請低頭裝作沒看到，直接迴避
- 陌生人：避免眼神的交會

旅程中的人在外人眼中看起來是這樣的

- 走路不太穩：所以附近有人時，就不要行動，靜靜的聽音樂或玩手機
- 眼神與表情異常：所以戴上帽子、墨鏡、口罩
- 一直盯著不起眼的物體看：旅程中，張眼視覺開始時，看到的世界會很不一樣，可能一張白紙看起來都像一幅畫，所以附近有人時，要注意一點

外出建議檢查列表

- 乾糧、水：旅程中，不會餓，也不會渴，但旅程一結束，身體回來後，可能會又渴又餓，所以先準備一下
- 紀錄工具：可以將自己旅程中用口述的方式記錄下來，通常旅程中，身體會有點癱軟，是沒辦法打字或用筆寫字的，口述是較省力的方式，可以用手機錄音或用錄音筆。
- 服裝：旅程開始時，會感覺比較冷一點，外套披著，穿好襪子、鞋子、帽子、墨鏡、口罩，儀容整理一下。

推薦探索地點

請多往戶外走，看看大自然，將會發現這世界相當的「不一樣」，最美的其實一直都在身邊，是路邊的一花一草，是抬頭可見的雲，是輕輕吹過臉上的微風，閉上眼睛看著太陽就會感受到愛與溫暖

- 公園
- 森林遊樂園區、深山步道
- 博物館
- 畫展
- 音樂會

劑量提示

劑量是作者參考 DMT-Nexus 與 erowid.org 整理出來的，由於每人的身心狀況皆不一樣，第一次使用請務必遵守由輕到重的原則 ，一般而言心理狀況越好的人（常靜坐或靈修）用量會越少。

相思湯的藥效與藥材劑量、ACB取材之樹齡、提煉方式、飲用者身心狀況都有關係，劑量不好拿捏，一旦劑量過量或身心狀態不夠好，都可能會讓人有非常痛苦生不如死的經驗，希望讀者不會經歷到。

如果煮湯沒作用，請確定烹煮時間夠久，再將蓬子一次加 0.5 克或樹皮一次加 2 克來調整（以加樹皮為主，蓬子一般 3g 上下，HCl 通常 100mg 就相當夠用了）。

樹皮粉膠囊請以半個零號膠囊的量（約 250mg）去調整。

DMT 的話以每次 20mg(DMT Fumarate)/10mg(DMT Freebase) 的差異來實驗劑量，請記得提煉過後的東西，藥效是很強的，買個可靠的電子秤，把劑量算對，謹慎使用。

多實驗幾次就會找到最合適自己的劑量，切勿一開始就過量，無論其他的用藥經驗如何，切記切記！

耐受性

耐受性高的藥，服用過後，下一次要有同樣的效果，劑量就要增強，耐受性低的藥就不用增加劑量。DMT 的耐受性很低，通常在藥效退了後一小時就沒有耐受性了。DMT 的特性是身心狀態越好，要達到同樣效果的劑量就越低，越常用它，劑量只會越用越少。但請注意不要因為 DMT 耐受性低就頻繁的使用它，每次使用過後，都一定要讓自己沈澱一下，好好休息去觀察自己身心的變化。

服用相思湯/死藤水/DMT意外事件

- 2011/8 哥倫比亞：一個80幾人的旅遊團參加死藤水儀式，其中兩人在飲用後隨即失去意識，但過了數小時才送到醫院，隨行的家人表示：以為死者是在深度的旅程當中，但醫生認為當時兩人已經死亡。主持儀式的薩滿於事件發生後不見蹤影。

- 2012/8 秘魯：一名 18 歲美國人在飲用死藤水後死亡，主持儀式的薩滿將死者埋葬後逕自離開，事件發生後，薩滿與其他兩名協助埋葬死者的人士一同被逮捕，薩滿向警方表示，死者飲用了過量的死藤水才導致事件發生。
  心得：薩滿應該要再三確定劑量，飲用者應該也要對自己飲用的劑量有所了解，有任何身體不適要立即反應。

- 2014/4 哥倫比亞：19歲的英國人於哥倫比亞飲用死藤水後死亡，死者參加了一個旅遊團進到雨林中參加死藤水儀式，死者飲用後感到不適，在工作人員陪同下回到宿舍休息，最後死者的遺體在路邊被發現。

- 2015/12 秘魯：2015年，一名加拿大人於死藤水儀式中用刀殺死在同一儀式中的人，有目擊者表示是死者先用刀攻擊嫌犯才導致事件發生。

- 2016/1 秘魯：上面事件中，嫌犯的現身說法表示，「我真的以為我要死了，如果他把刀子搶回去的話，一定會殺了現場的人，所以我就用刀殺了他(死者)」，嫌犯說死者當天飲用了雙倍劑量的死藤水後，開始對嫌犯說：「你是上帝，你是上帝，現在讓惡魔離開你，惡魔離開！」，死者接著用刀開始攻擊我，我就用一個鍋子來防禦，死者用刀砍到了一張桌子，刀子斷了，我就用鍋子攻擊他，我隨後撿起刀子....。嫌犯在逮捕後 24 小時釋放，對於事件的發生感到抱歉，說死者曾經對他說他們是永遠的好朋友。

  心得：不要飲用過量，飲用現場不要有具攻擊作用的危險器具。

- 2017 台灣：板友發文表示：「死藤水引發的旅程，在台灣，是有致死案例的。諒我無法詳述事發細節，事件的主要過程是使用者原本的生理狀況不適（心臟不好），在旅程過後進行不宜休養的活動，而後引發身體不適，在延誤送醫的情形下逝世。」

  心得：飲用前後的身心調理相當重要，特別是有心臟病，高血壓病史者。

- erowid的整理報導：上面整理了國外曾經發生過的事件。

雜項

顏色

相思樹代表色：紅皮，黃花
駱駝蓬子代表色：咖啡仔，綠湯
可以運用在容器上的標示，紅或黃，咖啡或綠。

化學品速查表

英文	型態	CAS	中文	註解

Harmine HCl	HCl			
Harmaline HCl	HCl			
Harmalol HCl	HCl	6028-07-5		

總結

延續相思湯能量最好的方式是「靜坐」，讓自己的心完全靜下來，將會感到超越一切的永恆寧靜感，透過不斷的練習，請將這能量好好延續下去，搭配適度體能的訓練，整個人會脫胎換骨，對於已知的人、事、物都有不一樣的看法，期待讀者延續這能量把自己照顧好，好好思考自己未來的方向，對於萬物做觀察、做思考。

你是怎樣的一個人，相思湯就會帶給你什麼，旅程中你的價值觀與中心思想將會變得真實無比，如果充滿了愛且誠心向善，很可能就會被帶到你心中的天堂，但如果你經常順從慾望，常常不滿足，你的思緒就會亂飄，那就會被帶到不一樣的地方去。

最後祝福大家都可以順利啟靈，旅途愉快，祝福你！

指南作者用藥經歷

目前已知的泛 DMT 藥物(就本指南談的這些)，作者都有用過。但也只有用過 DMT 而已，其他更常見的 大麻、LSD 等都沒有用過，但作者整理了很多心得文，對各種精神藥品的特性，都算清楚，在此提這點的用意是，作者寫指南的時候，有時候會跟其他藥品做比較，這時候請讀者心理要有個底，就是**作者對其它非 DMT 藥物的認識是僅在讀心得文的階段而已**，如果讀者在讀指南發現藥物比較的描述失當，也請讓作者知道。

身份驗證

如果有人需要驗證本指南作者的身份，可以透過 email:
wwwhttp@protonmail.com
與使用以下的公鑰(RSA 2048)


```
-----BEGIN PGP PUBLIC KEY BLOCK-----
Version: OpenPGP.js v4.10.1
Comment: https://openpgpjs.org

xsBNBFwpgMoBCACjo+5V32j1C9bq/8K6nb6D/WJ9o8Zqf65TbB5uEFeEjbZt
4hP89or7Bn+HaxqKKE5lkmMteou8Xc2GYLIpySXncWfye4H0FmnJBTORlzoq
tR1LakyhJ9eKE7G4O710albM+EPSRaqzZLDmf782BNpCGgAt+6436LToVKYL
fqrEW8Ty4jeslYHnj8uGDkcvq/FjFBPqEO67iPI4FOfU8kJypvSVZ+bdsWay
4qRuZxRYGrkaxpEaGBYlPJx6tfxsaMj763ExBV8pS0/S2DinQhgPW449fRmW
e35R+GJpM6dh7z2lwIClWqNSHMtCD9rOuF4A3VD54wdwe1XtSW1F33i/ABEB
AAHNMSJ3d3dodHRwQHByb3Rvbm1haWwuY29tIiA8d3d3aHR0cEBwcm90b25t
YWlsLmNvbT7CwHUEEAEIAB8FAlwpgMoGCwkHCAMCBBUICgIDFgIBAhkBAhsD
Ah4BAAoJEI4zlfMdnzD0gsQH/jiZ1wXaRoEgHXvs3/Hs+Bp+cCGtrspuA8id
gnd72+r2kGNgMnMOZg7bL0qIosCbn7MvzBU0uS7NUIANvo79SV0SBFf9PGGT
2kGGuKS8HeGQPXaiBJUNLpgQTX2bkovvEktWFo5mq6bVW+lC9dTG8en5Mkwb
MbpR/kimVUDNNMJfbIN7d8otl4RDX0CE7cOF26QjMqOuxxEdDNF4Xuh7SE6G
pC91r5jzcAYtjhnR5Ga7lpf4LaGZOVr9WEyxJHUOZRLStJZXBuTMJgwvfXTw
LiaDWvKAU85JIgd/RT8T1myfSg/VHQQz/471ZiSnkLvwECv7O7zy/vw5+fLl
WiID0BnOwE0EXCmAygEIAKtPcfbD4Vzt2JHVrFcAmNyHf7l8nmYT2A20Ohd5
bRPRrP4THTX2bnix0GE2EmaiidFTlwDYdgA4VS4bmeipdxycpKFLzAnmi4sF
w4/tNO0TmoxJJgZnl6QEpvFQe8mP8PiRQRdyTxOYFvCB8E3rvnDvxKLz4QuV
hTcbB6JxeT+xHwLc4pZFJlNJXU2y3gODBbn2W8f6a/Ikyke2jbrTBgon86x7
L52JKFyGBrMQPU3zy0GAigajPK6aU9kNrOJd4KtLML00e3mCtxvP5A1QJBoZ
fytSOp71eETyKubq/te2O4hjnpp0fhe9u7wXqTCar9E6/iJKZNlPV/6bTQwU
4G0AEQEAAcLAXwQYAQgACQUCXCmAygIbDAAKCRCOM5XzHZ8w9ItrB/wOl966
cdeMn5yVp74Gd85lO9pcGJ3nenYrDIPi2EqrK+jsD/H5lmFTn8fEfgdGMhi3
CK+g3O3FmVh1Bms6iqov6XFkGfIDObvpF5MFFTTBvFeSX9QHXwmPAO2vbsmV
eUBXS8ySvkuwrWmemon0gFL4bvp2Haes/uq0YyppsZCEUKDya906Zwvt3MRi
MdIORS2vIv491GEEJEjWa9NL66bBH02R9Dn+Qj7Ynx6ihgiI7c40VzgTxuzP
yvkDh9I6uWoPz+OXPoTOcBktjhEMypK4FOV9xbm9Hbeim5FNL+2/oVc3ne2m
ytLzL0Lm7r5Ycf3RhoTPGwHZWF199pTqKqfz
=4P10
-----END PGP PUBLIC KEY BLOCK-----
```


文件更新明細

2020-05-08 [150]

* 新增手工皂教學

2020-05-06 [149]

* 重新調整 HCl 倍率

2020-05-05 [148]

* 補充說明駱駝蓬鹼的型態

2020-05-03 [147]

* 使用啟靈藥來治療心靈創傷，是正視自己問題的作法之一

2020-05-01 [146]

* 移除文摘後章節，重新整理